Panduan Mahasiswa

DIKTAT MATAKULIAH PSIKOLOGI KELUARGA

Mahfudh Fauzi, M.Pd

psp nusantara press, 2018

KATA PENGANTAR
KETUA STISNU NUSANTARA

Segala puji bagi Allah, Tuhan seru sekalian alam. Shalawat teriring salam semoga tercurahkan kepada keharibaan alam Nabi besar Muhammad saw. Semoga atas wasilahnya kita mendapatkan ilmu yang bermanfaat, dan menjadikan keberkahan untuk kita semua. Amin.

Selanjutnya, Sekolah Tinggi Ilmu Syariah Nahdlatul Ulama (STISNU) Nusantara Tangerang membuat program penguatan literasi membaca, yakni berupa pengadaan dan pembuatan buku ajar sebagai dasar dari kompetensi minimal yang harus dicapai oleh setiap mahasiswa STISNU Nusantara Tangerang.

Maka dari itu, setiap dosen STISNU Nusantara Tangerang diwajibkan membuat buku ajar, dan atau modul pada setiap matakuliah yang diampu. Kemudian, mahasiswa diwajibkan membaca dan menghafal semua materi pokok yang ada dalam buku tersebut. Adapun konsepnya sebagai berikut:

1. Pertama, dosen STISNU dipaksa membuat buku ajar pada matakuliah terkait;
2. Kedua, setiap mahasiswa wajib membaca dan menghafal materi materi pokok yang ada pada buku tersebut;
3. Ketiga, mahasiswa diwajibkan melakukan tatap muka interaktif menyetorkan hasil hafalan materi pokok sebagai bahan dasar ujian akhir semester;
4. Keempat, dosen diwajibkan melakukan pendampingan pemahaman materi yang ada pada buku ajar yang dibuat untuk memberikan pemahaman standar minimal kompetensi;
5. Kelima, dosen diperkenankan mengeksplorasi, mengembangkan, dan merekonstruksi ulang materi-materi yang ada pada buku ajar yang sudah dibuat;
6. Keenam, soal-soal ujian baik lisan atau tulisan dapat merujuk dari buku ajar yang sudah ada pada saat ini.

7. Keenam, pada prinsipnya buku ajar ini bertujuan untuk mempermudah mahasiswa mendalami materi materi yang terkait dengan matakuliah yang sedang diampu.

Selanjutnya, saya atasnama civitas akademika STISNU Nusantara Tangerang mengucapkan terimakasih kepada penulis buku ajar atau modul perkuliahan ini. Tentunya, mimpi anda dan kami para pimpinan STISNU adalah sama, yakni sama-sama memimpikan lahirnya sebuah tradisi akademik yang berkualitas guna mencapai output yang berkualitas pula.

Demikian, saya mengucapkan *Jazakallah Ahsanal Jaza,* semoga apa yang telah dituangkan dalam bentuk tulisan dapat bermanfaat untuk duniawi dan ukhrawi.

Tangerang,

Ketua STISNU Nusantara,
Tangerang.

KATA PENGANTARA

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillah, buku ini telah selesai dikerjakan. Semoga dapat bermanfaat dan membantu mahasiswa STISNU (Sekolah Tinggi Ilmu Syariah Nahdlatul Ulama) Nusantara Tangerang meningkatkan literasi membaca. Tentunya, buku bukan buku inti, melainkan buku ajar atau berupa konsep dasar, bisa juga disebut dengan modul pada matakuliah Psikologi Keluarga.

Buku ini merupakan hasil unduhan dan penggabungan makalah-makalah yang diakses pada dunia maya atau internet, sehingga buku ini seharusnya dijadikan sebagai pengantar bagi mahasiswa untuk memahami konsep Psikologi Keluarga. Maka dari itu, penyusun buku ini berharap buku ini dijadikan media atau fasilitator untuk meraih informasi selanjutnya dan utuh terkait Psikologi Keluarga.

Demikian, semoga Allah membuka pintu hati kita dengan limpahan rahmat, cinta dan kasih-Nya. Amin..

Tangerang, 2018

Penyusun

DAFTAR ISI

BAGIAN I
PENGANTAR PSIKOLOGI KELUARGA

Psikologi keluarga tidak memiliki definisi khusus dan merupakan gabungan definisi dari psikologi dan keluarga. Psikologi sendiri berkaitan dengan interaksi atau menjalin hubungan dengan orang lain secara sosial dengan memperhatikan pola pikir dan tingkah lakunya. Maka psikologi sendiri akan selalu terlibat di setiap interaksi manusia baik itu dalam lingkung lingkungan sosial, keluarga maupun diri sendiri.

A. Keluarga Dalam Prespektif Psikologi

Psikologi keluarga merupakan pemahaman tentang interaksi atau pola sosial dalam keluarga. Keluarga sendiri terdiri dari beberapa individu yang bisa diidi dari dua generasi, tiga generasi, atau bahkan lebih. Banyaknya individu dalam keluarga ini akan mempengaruhi kualitas interaksi antar individu dan berdampak pada sisi psikologi individu maupun kelompok.

Perbedaan generasi dalam sebuah keluarga juga mungkin memicu suatu keadaan yang kadang baik kadang buruk. Hal inilah yang memunculkan psikologi keluarga dan menyatakan bahwa psikologi dalam keluarga pun juga perlu untuk dipelajari dan diketahui agar tidak terjadi pemikiran atau perilaku negatif dalam sebuah keluarga terkait masing – masing individunya.

B. Pengertian Psikologi Keluarga

Psikologi memiliki arti keilmuan yang mempelajari tentang jiwa. Keluarga merupakan sekelompok orang yang memiliki hubungan darah satu dengan yang lainnya. Menurut ***Hill***, keluarga diartikan sebagai suatu rumah tangga dengan hubungan darah atau perkawinan dan sebagai tempat yang terselenggaranya fungsi fungsi ekspresif keluarga bagi individu individu di dalamnya. Menurut ***Burgess*** dan ***Locke***, keluarga adalam sekelompok individu yang terikat oleh perkawinan atau darah yang memiliki struktur syah, ibu, aak perempuan, anak laki- laki, dan lainnya serta memiliki kebudayaan untuk dipertahankan.

Dari kedua pernyataan definisi diatas, maka psikologi keluarga bisa diartikan sebagai suatu keilmuan yang mempelajari tentang kejiwaan dalam interaksi individu individu dalam sebuah jaringan ikatan darah atau perkawinan. Psikologi keluarga juga bisa diartikan sebagai keilmuan yang mempelajari kejiwaan dalam keluarga.

C. Perspektif Psikologi Keluarga

Perspektif psikologi keluarga merupakan pandangan tentang bagaimana psikologi keluarga ini diterapkan atau pengaruh yang diberikan terhadap keluarga maupun individu di dalamnya. Beberapa hal berikut ini menarik tentang psikologi keluarga :

1. Psikologi keluarga merupakan ilmu yang menggabungkan antara psikologi dengan ilmu tentang keluarga.

   Keilmuan ini dipersatukan dengan definisi yang berbeda. Psikologi melihat seseorang dari segi kejiwaan dan tingkah lakunya dan keluarga

merupakan objek yang dapat dipengaruhi seccara psikologis.

2. Psikologi keluarga dikenal sebagai bentuk intervensi psikologi dengan target keluarga, berupa terapi keluarga.

   Terapi keluarga salah satunya adalah kebersamaan keluarga sebagai terapi penyemangat, terapi rekreasi dan lain sebagainya.

3. Keluarga merupakan tempat dimana pertama kali individu mendapatkan pendidikan, pengalaman interaksi, dan lainnya.

   Keluarga merupakan dasar dari terbentuknya karakteristik tertentu seorang individu.

4. Keluarga mampu mempengaruhi individu dengan kuat.

   Keluarga merupakan sebuah sistem yang sangat kuat dan selalu berperan dalam setiap tumbuh kembang individu. Hal ini dapat mengendalikan pembentukan individu dan karakteristiknya atau kepribadiannya.

5. Pemahaman bahwa keluarga merupakan sistem dimana setiap individu terlibat didalamnya.

   Keluarga membutuhkan sudut pandang sebagai suatu sistem. Setiap keluarga memiliki masing masing tujuan pencapaiannya. Cara berfikir sistem ini yang kemudian akan memperhitungkan masing masing individu didalamnya namun tetap menuju tujuan utama yang satu.
6. Genogram sebagai dasar pemahaman dan pembangun persepsi terhadap anggota keluarga lainnya yang masing-masing memiliki status yang berbeda misalnya kakek, nenek, ayah, ibu, kakak, adek.
7. Sistem keluarga bisa mengalami perubahan apabila satu individu berubah

   Individu dalam keluarga merupakan cerminan keluarga tersebut. Meskipun tidak semua perilaku individu merupakan apa yang diajarkan dalam aturan aturan yang di tetapkan dalam keluarga tersebut, namun adanya sikap positif atau negatif dari individu akan

mempengaruhi seluruh keluarga tersebut. Misalnya, apabila ada keluarga yang baik, dan salah satu anaknya terjerat kasus narkoba. Keluarga yang biasanya sangat ramah, suka bersosialisasi, maka seketika bisa berubah menjadi tertutup, tidak sering bertemu orang, sering absen dalam pekerjaan, dan lainnya.

8. Banyak terapi keluarga dengan metode yang menarik.

   Terapi psikologi banyak yang bisa diterapkan dalam keluarga baik yang mempengaruhi individu saja atau untuk keseluruhan. Terapi psikologi dalam keluarga ini bisa memberikan sudut pandang yang lebih luas, pemikiran dan hati yang lebih sabar dan membuka diri. Contoh terapi psikologi yang bisa diterapkan yaitu terapi manajemen konflik, terapa manajemen stres, dan lainnya. Masing masing terapi memiliki tujuan dan metodenya yang berbeda beda dan menarik.

9. Terapi keluarga bisa diaplikasikan oleh masing masing individu sendiri.

Terapi psikologi dalam keluarga bisa diaplikasikan sendiri oleh individu dan juga ada yang membutuhkan bantuan orang lain. Terapi terapinya kebanyakan memiliki metode yang mudah dan bisa diaplikasikan secara luas tidak hanya dalam keluarga namun juga dalam masyarakat juga bisa.

10. Pendekatan psikologis mencegah terjadinya gangguan psikologis dalam keluarga.

    Psikologis yang merupakan ilmu kejiwaan tentu memperhatikan tentang persepsi psikologis seseorang. Dalam keluarga pun juga dibutuhkan kesadaran akan peratian terhadap hal ini. Jangan sampai aturan aturan yang dibuat memberatkan salah satu individu dan memicu adanya stres permanen.

    Misalnya, seorang remaja yang dituntut untuk selalu mendapatkan juara kelas, sedangkan hal tersebut bertentangan dengan keinginan individu yang ingin bermain atau bertentangan dengan keadaan lingkungan misalnya banyak temannya yang juga pintar. Tuntutan semacam

itu bisa memicu tekanan stres yang berangsur angsur memburuk dan timbullah gangguan psikologis kronik. Jika hal tersebut sampai terjadi, pendekatan yang dilakukan mungkin lebih sulit dan membutuhkan bantuan tenaga medis dan psikolog.

Dari berbagai paparan tentang psikologi dalam keluarga tersebut serta peranannya dalam menyelesaikan masalah atau konflik dalam keluarga, terungkap betapa pentingnya peran psikologi keluarga. Psikologi keluarga menitikberatkan pada pemahaman tentang kejiwaan dan tingkah laku setian individu dalam keluarga, serta respon yang dimiliki apakah konstruktif atau destruktif dan juga peran keluarga yang mempu memberikan perubahan terhadap mental dan perilaku individu yang nantinya akan dibawa ke kehidupan bermasyarakat.

Pribadi atau individu yang baik berasal dari lingkungan keluarga yang baik begitu juga sebaliknya jika lingkungan keluarganya tidak baik maka individu tersebut juga akan menjadi pribadi yang buruk dalam kehidupan sosialnya.

Keluarga merupakan faktor penting dalam tumbuh kembang anggotanya. Bekal psikologi keluarga membantu dalam membina anggota keluarga, menyelesaikan konflik dengan pemikiran terbuka dan luas, melindungi anggota keluarga dari perbedaan budaya sosial yang destruktif, membentuk karakteristik individu yang konstruktif, dan menjalin komunikasi yang lebih efektif.

D. Fungsi Keluarga

Sebelum mengenal lebih dalam tentang psikologi dalam keluarga, maka perlu adanya pemahaman terkait fungsi keluarga seperti yang diutarakan loleh Soelaeman, 1994 berikut ini :

1. Fungsi Edukatif

   Fungsi ini mencakup hal tentang pendidikan anggota keluarga dan pembinaan oleh oleh anggota keluarga yang lainnya. Keluarga juga merupakan lingkungan pendidikan sebagai bagian dari pembelajaran yang paling pertama dan utama bagi individu di dalamnya.

Pendidikan dalam keluarga dimualai sejak dini dari masih kecil hingga dewasa. Pendidikan yang paling berpengaruh terhadap kejiwaan dan perilaku individu misalnya anak, adalah keluarga.

2. Fungsi Sosialisasi

Keluarga merupakan lingkungan sosial pertama bagi pertumbuhan anak. Begitu juga dengan lingkungannya, keluarga merupakan yang pertama memperkenalkan anak pada lingkungan sosial yang lebih besar di sekitarnya. Keluarga juga mengajarkan bagaimana menjadi masyarakat yang baik dan proses interaksi sosial dengan orang orang disekitarnya. Orang tua memperkenalkan cara menyapa orang, cara menghormati orang yang lebih tua, sopan santun, dan lain sebagainya.

3. Fungsi Perlindungan

Keluarga juga memiliki fungsi sebagai tempat perlindungan yang akan melindungi anggota keluarganya dari tindakan – tindakan tidak baik dari norma sosial yang menyimpang. Keluarga

berfungsi melindungi anggotanya dari segala ancaman bahaya maupun kemungkinan hal buruk yang bisa saja terjadi.

4. Fungsi Afeksi

   Anak akan sangat peka pada usianya yang masih kecil. Mereka mengamati ekspresi, gaya interaksi, perilaku, emosi dari orang tua mereka saat berkomunikasi dengan mereka. Rasa cinta, kehangatan akan terpancar dari seluruh respon motorik pada orang tua yang akan menyalur pada seluruh anggota keluarga lainnya. Sikap orang tua mencerminkan pertumbuhan anak. Karena buah tidak akan jauh dari pohonnya sehingga peran orangtua yang buruk mungkin juga akan menular pada buah hatinya.

5. Fungsi Religius

   Keluarga menjadi tempat pertama yang memperkenalkan terhadap budaya beragama. Keluarga mengajarkan kaidah ajaran agama yangbaik kepada anak dan bagaimana melaksanakannya sebagai umat yang beragama.

Agama menjadi dasar seseorang untuk berbuat baikd an menjadi pribadi yang baik.

6. Fungsi ekonomi

   Sistem perekonomian sangat dibutuhkan dalam keluarga untuk memenuhi setiap kebutuhan anggotanya. Fungsi ekonomi uga berperan dalam menambah rasa tanggung jawab, saling mengerti, solidaritas, dan keterikatan antar anggota keluarga.

7. Fungsi rekreasi

   Fungsi rekreasi ini sebagai tempat melepaskan penat anggota keluarga dari hiruk pikuk aktivitas di luar rumah. Keluarga dan rumah merupakan tempat terbaik untuk menghilangkan stres tersebut. Kebahagiaan bisa diciptakan dalam kondisi rumah yang kondusif dan kasih sayang. Apapun kegiatan yang dilakukan bersama keluarga merupakan kegaitan yang menyenangkan.

8. Fungsi Biologis

   Keluarga sebagai fungsi biologis merupakan tempat untuk memenuhi kebutuhan fisiologis

seperti makan, kelelahan, kesehatan, dan lainnya.

E. Dinamika Keluarga

Keluarga merupakan barier atau garda terdepan yang memberikan pendidikan, perlindungan, kenyamanan, dukungan, dan hal hal positif lainnya terhadap perkembangan seorang individu. Keluarga merupakan awal dari lahirnya sosok individu yang baik maupun yang tidak baik.

Pembinaan oleh keluarga dilakukan terus menerus sepanjang jalur kehidupan individu dalam keluarga tersebut. Pendidikan dari keluarga diberikan mulai dari budi pekerti, tata krama, agama, kehidupan sosial, dan lainnya untuk mencapai generasi yang berkualitas dengan penuh tanggungjawab, memiliki perilaku positif dan berdampak baik pada masyarakat, dan mampu menjadi penerus yang baik.

Proses pembentukan karakter dan perilaku tersebut memiliki unsur psikologis yang selalu diperhatikan. Setiap tahapan tumbuh kembang dan setiap ajaran atau didikan

keluarga akan memunculkan respon individu yang berupa penerimaan, penolakan, keraguan, dan lainnya serta pengaruh lingkungan dan kelompok di luar keluarga seperti teman bermain juga mempengaruhi proses tersebut. Maka dari itu pentingnya memahami psikologi keluarga terhadap respon dan tumbuh kembang anggota keluarga diperlukan.

F. Manfaat Psikologi Keluarga

Psikologi keluarga baik untuk diketahui, dipahami, dan diaplikasikan pada keluarga atau individu dalam keluarga. Psikologi keluarga diperlukan oleh semua anggota keluarga dan memiliki banyak manfaat sebagai berikut ini:

1. Psikologi keluarga sebagai bekal untuk mengendalikan, memprediksi dan memahami perilaku anggota keluarga.
2. Mempermudah interaksi dengan anggota keluarga yang lebih memahami.
3. Memahami keinginan atau karakteristik masing masing anggota keluarga dengan baik.

4. Memahami pendapat dan perbedaan yang ada sebagai proses memberikan dukungan.
5. Mempengaruhi perilaku atau pola pikir anggota keluarga dengan memberikan sudut pandang yang lebih positif.

G. Ruang Lingkup Psikologi Keluarga

Ruang lingkup psikologi keluarga yaitu sebagai berikut :

1. Manajemen rumah tangga.
2. Komunikasi antar anggota keluarga.
3. Pengembangan potensi dalam keluarga.
4. Strategi mengatasi permasalahan.
5. Penyelesaian masalah.
6. Tanggung jawab anggota keluarga yang memiliki kesetaraan gender, internalisasi, eksternalisasi nilai dan norma positif.

BAGIAN II
KERANGKA KERJA KONSEPTUAL DALAM PERNIKAHAN DAN KELUARGA

A. Definisi Perkawinan

Banyak ragam definisi perkawinan, sebaiknya diambil definisi yang sesuai dengan UU Perkawinan yang berlaku. Namun bisa juga ditambahkan untuk menambah wawasan calon pasutri, definisi perkawinan lain yang ada, misalnya saya kutipkan dari tiga penulis yang berbeda:

- Perkawinan adalah suatu hubungan antara seorang laki-laki dan perempuan yang diakui secara sosial, menyediakan hubungan seksual dan pengasuhan anak yang sah, dan didalamnya terjadi pembagian hubungan kerja yang jelas bagi masing-masing pihak baik suami maupun istri. (Duvall dan Miller , 1985)
- Perkawinan adalah antara dua mitra yang memiliki obligasi berdasarkan minat pribadi dan kegairahan. (Seccombe and Warner, 2004)

- Perkawinan adalah komitmen emosional dan hukum dari dua orang untuk membagi kedekatan emosional dan fisik, berbagi bermacam tugas dan sumber-sumber ekonomi. (Olson and deFrain, 2006)

B. Definisi Keluarga

Keluarga adalah satu unit orang-orang, yang selalu berhubungan, biasanya hidup bersama dalam bagian hidup mereka, bekerja bersama untuk memuaskan kebutuhan mereka dan saling berhubungan untuk memuaskan keinginannya. (Duvall dan Miller, 1985).

C. Motif untuk Menempuh Perkawinan

Pada awalnya, masalah perkawinan merupakan masalah bersama, keputusan antar keluarga namun kemudian terjadi pergeseran dimana perkawinan merupakan bagian dari HAM, keputusan individual atau perseorangan.

Menurut David Knox (1975) ada 3 (tiga) alasan positif mengapa seseorang melakukan pernikahan yaitu emotional security, companionship, desire to be a parent. Selanjutnya ia mengatakan bahwa alasan salah untuk menikah adalah physical attractiveness, economic security, pressure from parents, peers, partners or pregnancy, escape, rebellion or rescu.

Pakar lain, Turner dan Helms (1983) menyebutkan ada dua faktor motif seseorang menikah yaitu:

1. Faktor Pendorong

   Hal-hal yang menjadi faktor pendorong untuk melakukan perkawinan adalah cinta, konformitas, legitimasi seks dan anak.

2. Faktor Penarik

   Hal-hal yang menjadi faktor penarik untuk melakukan perkawinan adalah persahabatan, berbagi rasa dan komunikasi.

Dengan perkataan lain dapat juga dikatakan bahwa melalui perkawinan akan dapat dipenuhi beberapa kebutuhan manusia yaitu:

1. Kebutuhan fisiologis dan material

2. Kebutuhan psikologis
3. Kebutuhan social
4. Kebutuhan religious

D. Tahap-Tahap Perkawinan

Duvall dan Miller (1985) menyatakan adanya tujuh tahap perkawinan yang dikaitkannya dengan usia anak, sebagai berikut:

1. Pasangan baru
2. Keluarga memiliki anak
3. Keluarga dengan anak usia pra sekolah
4. Keluarga dengan anak usia sekolah
5. Keluarga dengan anak usia remaja
6. Keluarga dengan anak usia dewasa muda
7. Keluarga dewasa madya
8. Keluarga lanjut usia

Namun jika dikaitkan dengan peran sebagai orangtua, maka kehidupan perkawinan dapat dibagi dalam empat tahap yaitu :

1. Perkawinan baru, yang relatif sangat singkat dan segera berakhir dengan lahirnya anak pertama.
2. Perkawinan orangtua, berakhir ketika anak tertua memasuki usia remaja.
3. Perkawinan tengah baya, dimulai ketika anak-anak meninggalkan rumah.
4. Perkawinan lanjut usia, diawali pada awal masa pensiun dan berakhir saat salah satu pasangan meninggal dunia.

E. Periode Perkawinan

Strong dan De Vault (1989) mengemukakan periode perkawinan sebagai berikut:

1. Periode Tahun Awal,

   Dimulai saat seseorang baru menikah dan belum memiliki anak. Tahap ini merupakan tahun yang sangat kritis, karena seseorang mengalami transisi dalam kehidupannya. Tahun pertama perkawinan ini akan menentukan

perkembangan perkawinan selanjutnya, apakah akan menjadi lebih baik atau malah memburuk. Masa ini berlangsung 10 tahun pertama perkawinan, yang meliputi fase perkenalan awal diikuti oleh fase menetap. Selama fase perkenalan, satu sama lain saling mengenal kebiasaan sehari-hari. Mereka menetapkan peraturan kehidupan sehari-hari,menyelesaikan sekolah, memulai karir atau merencanakan kehadiran anak pertama.

Pada fase menetap, pasangan masih mengejar karir, memutuskan memiliki anak dan mengatur peran masing-masing. Mereka saling menyesuaikan harapan sesuai dengan peran yang atas dasar jender, hukum, dan pengalaman pribadi yang dipelajarinya. Satu sama lain saling memberikan pendapatnya tentang pembagian peran yang akan dijalankan sebagai pasutri.

Pasutri yang memiliki latar belakang yang sama akan lebih mudah menyesuaikan diri satu sama lain, karena mempunyai harapan yang sama

terhadap pasangannya. Sedangkan perbedaan latar belakang keluarga (seperti agama, suku bangsa, sosial dan keluarga yang retak) akan mengganggu proses penyesuaian perkawinan.

2. Periode Perkawinan Muda.

   Diawali dengan mulai adanya anak dalam kehidupan pasutri. Istri berhenti bekerja dan mengasuh anak, mulai menyesuaikan diri dengan irama kehidupan rutin dalam perkawinan. Sedangkan bagi perempuan berkarir yang tetap bekerja, harus mampu membagi waktunya dengan baik dalam mengurus rumah tangga, anak serta pekerjaannya. Hal ini tidak mudah, karena menuntut penyesuaian psikologis yang cukup besar. Untuk itu ada yang menyebutkan pada periode ini kepuasan perkawinan pada perempuan mulai berkurang.

3. Periode Tahun Pertengahan

   Periode ini antara tahun ke 11 sampai dengan ke 30 tahun perkawinan. Jika pasangan memiliki anak, maka fase ini diisi dengan fokus pada

pengembangan anak dan pengasuhan keluarga, serta menetapkan tujuan-tujuan baru untuk masa depan. Jika pasangan tidak memiliki anak, maka fase ini didedikasikan untuk karir, aktivitas kemasyarakatan atau tugas-tugas sosial. Titik beratnya adalah kebahagiaan dan kesejahteraan pasangan hidupnya.

Pada periode ini, anak sudah berkembang menjadi remaja yang memiliki nilai-nilai dan ide pergaulan yang berbeda. Untuk itu seringkali terjadi konflik antara anak dengan orangtua. Namun pada periode ini pasutri sudah memiliki kondisi keuangan yang baik, karena istri sudah mulai bekerja kembali dan pengasuhan anak banyak berkurang.

Hal lain yang terjadi, pasutri sudah mulai memasuki tanda-tanda ketuaan, sudah mulai banyak orang seumurnya yang meninggal. Reaksi yang terjadi, biasanya ada yang menarik diri dari pergaulan namun ada juga yang malah aktif membina hubungan baik dengan orang lain seperti kenalan, saudara dan anak-anak.

Periode ini juga merupakan masa persiapan pasutri kehadiran menantu, saudara-saudara yang baru, dan mempersiapkan diri menjadi kakek nenek, disamping harus menerima kehadiran orangtua sendiri yang sudah mulai tergantung pada mereka.

4. Periode Tahun Matang

   Periode ini diawali dalam tahun ke 31 saat–saat menjadi tua bersama, merencanakan pensiun, menjadi kakek nenek dan hidup sendiri tanpa pasangan serta persiapan kematian. Disebut juga periode perkawinan tua.

F. Pola-Pola Perkawinan

Hal yang masih sangat mendominan di dalam persepsi banyak orang bahwa di dalam lembaga perkawinan, laki-laki adalah pencari nafkah dan istri adalah seseorang yang melahirkan dan mengasuh anak-anak, melayani kebutuhan suami sebaik-baiknya, dan mengatur rumah tangga. Namun seiring dengan

perkembangan jaman dimana perempuan dapat mengenyam pendidikan dan bekerja di luar rumah, terjadi pula perubahan nilai dan pola perkawinan. Saat ini menjadi hal yang lumrah jika istri lebih berpenghasilan lebih dari si suami, istri lebih memiliki pendidikan yang tinggi dari suami atau istri memiliki posisi karir yang melampaui suaminya.

Berkaitan dengan hal diatas, Ihromi (1999) mengutip Scanzoni dan Scanzoni yang menyebutkan adanya empat pola perkawinan yaitu:

1. Owner Property

   Dalam pola ini suami sebagai pencari nafkah, dan istri sebagai ibu rumah tangga yang harus tunduk kepada keputusan suami. Status sosial istri bergantung pada status sosial suami. Istri bukan dianggap sebagai pribadi tetapi sebagai barang milik si suami yang harus selalu siap melayani suami walaupun ia tidak menginginkannya.

2. Head Complement

   Dalam pola ini walau suami tetap sebagai pencari nafkah, dan si istri mengurus rumah

tangga, namun kehidupan perkawinan diatur secara bersama. Istri memiliki hak suara, sehingga hubungan yang terjadi adalah saling melengkapi, berbagi masalah, dan melakukan kegiatan bersama.

3. Senior Junior Partner

   Suami dan istri sama-sama bekerja, sehingga si istri tidak sepenuhnya bergantung pada suami meskipun dalam pola ini penghasilan dan karir si suami tetap diatas istrinya.

4. Equal Partner

   Suami dan istri dalam posisi duduk sama rendah, berdiri sama tinggi. Tidak ada pihak yang lebih tinggi atau lebih rendah. Setiap individu memiliki hak dan kewajiban yang sama untuk mengembangkan diri dan melakukan tugas rumah tangga. Keputusan diambil secara bersama dan selalu mempertimbangkan kepuasan masing-masing pihak.

G. Tipe Perkawinan

Kepuasan perkawinan merujuk pada kebahagiaan perkawinan, yaitu seberapa jauh pasangan merasakan perkawinannnya berjalan dengan stabil dan memuaskan.

Hasil riset Cuber dan Haroff (dalam Bird dan Melville,1994) terhadap 211 pasangan yang telah menginjak usia perkawinan 10 tahun dan tidak bercerai, menyatakan adanya 5 tipe perkawinan yaitu:

1. Conflict Habituated, perkawinan tipe ini bercirikan mereka yang selalu bertengkar namun tidak bermaksud untuk pisah. Mereka hampir selalu dalam keadaan tegang, dan tidak cocok satu sama lain namun ingin tetap bersama.
2. Devitalized, perkawinan yang meredup. Kebersamaan perkawinan hanya rutinitas semata, karena tanggung jawab dan tugas.
3. Passive Congenials, perkawinan yang berlangsung aman dan tertib tanpa atau jarang diisi dengan pertengkaran. Pasangan berbagi minat bersama, terlibat dalam kegiatan sosial

bersama, mengasuh anak, mengembangkan karir namun tidak mementingkan hubungan romantik.

4. Vitals, perkawinan yang diisi dengan kegiatan dan kebersamaan secara intens. Pasangan terikat dalam semua persoalan kehidupan.
5. Totals, sama halnya dengan Vitals namun dalam derajat yang lebih dimana sebanyak mungkin semua kegiatan dan persoalan kehidupan dinikmati bersama.

H. Faktor Prediktif Kepuasan Perkawinan

Kepuasaaan dalam perkawinan merupakan kesan subjektif individu terhadap komponen perkawinannya secara keseluruhan yang meliputi cinta, kebersamaan, anak, pengertian pasangan, dan standar hidup (Blood dan Wolfe, dalam Santrock, 1985). Lebih jauh Snyder (dalam Rathus dan Nevid, 1983) mengelaborasi sejumlah faktor yang berperan secara konsisten dalam kepuasan perkawinan yakni, komunikasi efektif, komunikasi

problem solving, kesepahaman pengelolaan keuangan dan kepuasaan seksual.

Hal yang menarik tentang kepuasan perkawinan ini disampaikan oleh Zastrow dan Kirst-Ashaman (1987), yang mengaitkannya dengan faktor-faktor sebelum berlangsungnya perkawinan dan selama berlangsungnya perkawinan. Dibawah ini disampaikan dua faktor prediktif kebahagiaan perkawinan yang berkait erat dengan masa sebelum dan selama perkawinan, yaitu:

1. Faktor- faktor sebelum perkawinan:
    - Perkawinan orang tua yang berbahagia,
    - Kebahagiaan di masa kanak-kanak,
    - Disiplin lembut dan tegas dari orang tua,
    - Hubungan orang tua yang harmonis,
    - Bergaul baik dengan lawan jenis,
    - Telah mengenal lebih dari satu tahun sebelum perkawinan,
    - Ada restu dari orang tua,
    - Usia sepantar,
    - Puas dengan kasih sayang pasangan,
    - Cinta,

- Kesamaan minat,
- Pandangan yang optimistik tentang kehidupan,
- Stabilitas emosional,
- Sikap yang simpatik,
- Kemiripan latar belakang budaya,
- Kesesuaian keyakinan agama,
- Kondisi pekerjaan dan karir memuaskan,
- Hubungan cinta karena persahabatan bukan nafsu,
- Kesadaran akan kebutuhan pasangan,
- Keterampilan interspersonal dan sosial,
- Identitas diri positif,
- Memegang nilai-nilai umum,
- Kemampuan mencari jalan keluar dari masalah,
- Kemampuan pemahaman dan penerimaan diri baik.

2. Faktor-faktor selama perkawinan:
   - Kemampuan komunikasi yang baik,
   - Hubungan yang setara,

- Hubungan yang baik dengan mertua dan ipar,
- Minat dibidang yang sama,
- Menginginkan hadirnya anak,
- Cinta yang bertanggung jawab, saling hormat dan persahabatan,
- Menikmati waktu luang bersama,
- Hubungan yang penuh afeksi dan kebersamaan,
- Kemampuan untuk menerima sekaligus memberi.

Sedangkan faktor prediktif terhadap ketidakpuasan atau kebahagiaan perkawinan yang berkait pada masa sebelum dan selama perkawinan berlangsung adalah:

1. Faktor-faktor sebelum perkawinan
   - Orangtua bercerai,
   - Kematian orangtua,
   - Ketidak cocokan ciri kepribadian utama pasangan,
   - Kenal kurang satu tahun,

- Alasan perkawinan karena kesepian,
- Alasan perkawinan karena agar bisa meninggalkan keluarga,
- Perkawinan dibawah usia 20 tahun,
- Adanya predisposisi untuk tidak bahagia,
- Mengalami problem problem pribadi yang intensif.

2. Faktor-faktor selama perkawinan
   - Suami lebih dominan,
   - Istri lebih dominan,
   - Kecemburuan,
   - Merasa superior terhadap pasangan,
   - Merasa lebih pintar dari pasangan,
   - Tinggal bersama orangtua atau ipar.

Berdasarkan faktor-faktor diatas David dan Mace (1983), menegaskan bahwa suatu perkawinan baru dianggap berhasil jika mampu mengalami tiga tahapan yaitu :

1. Mutual Enjoyment, yang dialami pada saat pasanagan menjalani bulan madu bersama.

2. Mutual Adjustment,yang dialami dalam waktu relatif lama dimana masing-masing saling mengenal satu sama lain dengan lebih baik.
3. Mutual Fulfillment, yang terjadi setelah pasangan melampaui dua tahap sebelumnya dengan berhasil. Dalam tahap ini suami dan istri telah menjadi satu kesatuan yang saling mengisi dan melengkapi. Oleh karenanya konflik-konflik besar akan jarang ditemukan.

Apakah kepuasan perkawinan berjalan seiring dengan bertambah lamanya perkawinan? Berbagai pendapat diberikan tentang hal ini. Clark dan Walin (1965) mengatakan orang-orang yang dari semula bahagia tetap bahagia, dan yang dari semula tidak bahagia tetap tidak bahagia. Sedangkan Guilford (1986) berpendapat bahwa kepuasan perkawinan meningkat secara linear berjalan dengan lamanya waktu perkawinan.

Hal yang bertentangan dengan apa yang dikatakan Blood dan Wolfe (1960) bahwa ada penurunan kepuasan perkawinan yang sifatnya gradual, sejalan dengan waktu perkawinan. Rollins dan Feldman (1970) menemukan

bahwa pola kepuasan sepanjang kehidupan perkawinan sendiri berbentuk curvelinear, dengan kepuasan menurun pada kelahiran anak pertama, mencapai titik terendah ketika anak-anak mulai remaja dan meningkat kembali ketika anak meninggalkan rumah.

Bagaimana arti kepuasan perkawinan bagi laki-laki dan perempuan? Bagi suami, kepuasan perkawinan baru akan terjadi jika terpenuhinya perasaan untuk dihargai, kesetiaan, dan terpenuhinya rencana terhadap masa depan. Sedangkan istri, melihat kepuasan perkawinan dari sisi terpenuhinya rasa aman secara emosional, komunikasi dan terbinanya intimasi.. Demikian pula usia dan jender telah terbukti mempengaruhi persepsi kebahagiaan perkawinan. Laki-laki dan pasutri yang lebih muda memiliki persepsi kepuasaan perkawinan yang lebih tinggi dibandingkan dengan wanita dan pasutri yang lebih tua (Haring-Hildore, Stock, Okun dan Witter, 1985 dikutip dari Indrasari, 1998).

Hasil penelitian Bernard (1972) menunjukkan bahwa laki-laki yang menikah, jauh lebih baik secara fisik, social, dan psikologis dibandingkan perempuan yang menikah. Senada dengan ini, Mugford dan Laly (1981)

serta Rubenstein (1982) dalam penelitiannya menemukan bahwa perempuan lebih banyak melaporkan perasaan frustrasi, ketidakpuasaan, adanya masalah perkawinan, dan keinginan untuk bercerai dari pada suami. Para istri lebih banyak mengalami kecemasan dan dalam keadaan nervous breakdown (perasaan tidak berdaya, cemas , kuatir dan fisik merasa sakit), menyalahkan diri sendiri atas ketidak sesuaian antara harapan dengan kenyataan dalam perkawinannya,. Perkawinan yang baik akan memberikan manfaat bagi tercapainya kesehatan fisik dan mental bagi perempuan, sedangkan laki-laki tetap akan merasaakan manfaat dari suatu perkawinan tanpa mempertimbangkan kualitas perkawinannya.

Mengutip berbagai pandangan pakar perkawinan, ada perbedaan dalam faktor-faktor yang mempengaruhi kepuasan perkawinan, Indriasari (1998). Bagi laki-laki, faktor kepuasan seksual dan aktivitas yang menyenangkan yang dilakukan bersama pasangan, memiliki pasangan yang atraktif, mendapatkan dukungan keluarga, dikagumi oleh irti merupakan fakor-faktor penting dalam kepuasan perkawinan. Sementara pada perempuan, aspek kualitas dan kuantitas komunikasi serta afeksi dengan pasangan

merupakan hal yang penting. Perempuan merasa puas jika suaminya menunjukkan afeksi, dapat bercakap-cakap dengan suami, suami menunjukkan kejujuran, keterbukaan, dan komitmen terhadap keluarga dan memperoleh support secara finansial.

Bila dilihat dari tahap perkembangan keluarga, kepuasan perkawinan pada laki-laki cenderung lebih konstan dibandingkan perempuan yang mengalami beragam kepuasan perkawinan sejalan dengan tahap perkembangan keluarga. Titik terendah kepuasan perkawinan perempuan terjadi pada saat mereka memiliki anak usia pra sekolah, dan tertinggi setelah anak meninggalkan rumah.

I. Keuntungan Perkawinan

Linda Waite mengutip beberapa kajian tentang efek positif perkawinan yaitu:

1. Memiliki gaya hidup yang sehat,
2. Lebih panjang umur,
3. Memiliki hubungan sesksual yang memuaskan,
4. Memiliki lebih kekayaan, dan

5. Secara umum anak-anak dapat tumbuh kembang Lebih baik dengan adanya orangtua di rumah.

J. Formula Kesuksesan Perkawinan

1. Masing-masing harus mandiri dan matang,
2. Harus mencintai pasangan dan diri mereka sendiri,
3. Menikmati kesendirian sama baiknya dengan kebersamaan,
4. Mapan dalam pekerjaan,
5. Mengenal baik pasangan masing-masing,
6. Mampu berekspresi secara asertif,
7. Keduanya adalah teman sekaligus lovers.

BAGIAN III
ORIENTASI PERNIKAHAN

Memilih Pasangan

“Dia cocok gak ya sama aku?”

“Apa aku siap?”

“Bagaimana nanti?”

Seringkali pertanyaan itu muncul, khususnya pada mereka yang berulang kali jatuh bangun dalam mencari pasangan yang cocok atau bahkan yang telah menikah. Proses pembentukan keluarga umumnya dimulai melalui perkenalan dimana pasangan mencari kecocokan satu sama lain. Pasangan biasanya mengembangkan interaksi, berbagi minat dan kegiatan bersama serta mengembangkan kelekatan secara fisik dan emosional. Pada masyarakat Amerika, budaya ini dikenal dengan nama *dating* (Bird & Melville, 1994) atau akrab disebut sebagai pacaran.

Proses ini biasanya dimulai ketika mereka mulai memasuki masa usia dewasa muda, yaitu usia 20-an

hingga 30-an. Hal ini merupakan suatu tugas perkembangan di masa ini untuk menjalin suatu keintiman, mengembangkan kehidupan yang produktif dan prokreatif, bahkan menikah dan membentuk keluarga (Erikson dalam Monte & Sollod, 2003).

Pada masyarakat yang memegang kuat nilai-nilai keislaman biasanya tidak memilih pasangan melalui pacaran. Nilai pernikahan dalam Islam sebagai ibadah dan ikatan perjanjian yang kuat di mata Allah menjadikanIslam membatasi tata cara pergaulan antara laki-laki dan perempuan sebelum menikah. Islam melarang pacaran karena akan mendekatkan seseorang kepada hal yang diharamkan Allah sebelum menikah seperti berduaan, melakukan kontak fisik, menumbuhkan perasaan cinta atau emosional dengan yang bukan mahram, yang semuanya dapat berakibat buruk kepada orang itu sendiri (Al-Makassari, 2007).

Pacaran tidak dilakukan, maka pencarian pasangan biasanya dilakukan melalui *ta'aruf* dimana seseorang dibantu oleh orang lain atau lembaga yang dapat dipercaya sebagai perantara untuk memilih pasangan sesuai dengan kriteria yang diinginkan sebagai proses awal menuju

pernikahan. Proses ini dilakukan tanpa interaksi yang intensif antara pasangan dan tidak mengembangkan kelekatan fisik dan emosional sebelum benar-benar masuk ke dalam ikatan pernikahan. Proses ini cenderung berlangsung singkat dan dijalani tanpa diketahui banyak orang (Abdullah dalam Kusumastuti, 2006).

Pemilihan pasangan dilakukan dengan menilai berbagai macam hal untuk mendapatkan persamaan atau kecocokan. Sebagian besar orang cenderung memilih pasangan yang tidak jauh berbeda usia, pendidikan, agama, kelas sosial, kesukuan, dan sebagainya. Berdasarkan *Stimulus-Value-Role Theory* (Murstein dalam Bird & Melville, 1994), seseorang biasanya pertama kali tertarik pada calon pasangan melalui penampilan fisik, kedudukan sosial, reputasi, cara berpakaian, dan sebagainya. Kemudian ia mulai mencari kecocokan dalam hal nilai dan sikap terhadap agama, keyakinan, politik, pendidikan, prestasi, isu lingkungan, dan sebagainya. Semakin banyak ketidaksamaan yang ditemui, semakin mungkin hubungan tidak berlanjut.

Selanjutnya seseorang akan mengevaluasi kecocokan dalam hal peran lawan jenis sebagai pasangan, apakah tipe orang yang mendukung, bertanggung jawab dan sebagainya. Penilaian ini biasanya didasarkan pada harapan dan nilai-nilai seseorang terhadap tipe pasangan dan hubungan pernikahan yang diinginkan.

Menurut *Exchange Theory*, pemilihan pasangan juga dapat berlangsung dengan menilai seberapa besar keunggulan dan seberapa kecil kekurangan yang ada pada pasangan dan hubungan yang akan dibina. Enam hal yang biasanya dinilai adalah kasih sayang, status, informasi, uang, harta, dan sikap melayani. Semakin besar keunggulan atau kebaikan yang dapat diperoleh, semakin besar kemungkinan hubungannya berlanjut. Hubungan yang setara biasanya lebih cenderung stabil dan bertahan sepanjang waktu (Foa & Foa dalam Bird & Melville, 1994) *Interpersonal Process Theory* selain menerima dua teori di atas, mengatakan bahwa proses interaksi yang dilalui dan keterbukaan pasangan juga penting dalam pemilihan pasangan (Cate & Lloyd, dalam Bird & Melville, 1994).

Pasangan yang sudah siap berkomitmen biasanya menikah dan memasuki perkembangan hubungan sebagai suatu keluarga. Ada empat fase umum perkembangan keluarga (Bird & Melville, 1994), yaitu:

1. *Newlywed marriage* (Masa Pengantin Baru)

   Tahap ini ditandai sejak awal pernikahan hingga lahirnya anak. Pada tahap ini pasangan melakukan penyesuaian diri. Mereka menerima identitas peran sebagai suami dan istri sambil berusaha mengatasi perbedaan asumsi pernikahan yang mereka miliki masing-masing (role taking). Pasangan juga secara aktif membentuk peran pernikahan berdasarkan nilai, kebutuhan,dan tujuan pribadi (role making). Mereka mengkomunikasikan harapan dan menegosiasikan strategi untuk mengatasi perbedaan yang ada. Mereka juga mengembangkan pola kelekatan seksual dan emosional, menentukan keseimbangan antara pernikahan dan tanggung jawab pekerjaan, serta membentuk ikatan baru dengan teman dan keluarga pasangan. Pada tahap ini, perceraian

cenderung mudah terjadi bila pasangan cepat sekali menemukan ketidakmampuan role-making. Pasangan yang berhasil melewati masa ini biasanya belajar untuk mentoleransi ketidaksempurnaan pasangan mereka dan berkomitmen untuk terus menikah dan mengatasi masalah mereka sebagai pasangan.

2. *Parental marriage* (Masa menjadi orang tua)

   Tahap ini dimulai sejak anak pertama lahir. Kelahiran anak pertama secara umum membuat tanggung jawab peran primer dan kepuasan pernikahan berubah seketika.Wanita umumnya mengalami ketidakpuasan pernikahan yang lebih besar dibandingkan pria karena tanggung jawabnya yang lebih besar untuk pengasuhan. Meskipun demikian, peran baru sebagai orang tua dapat menumbuhkan perasaan kedekatan pada pasangan. Hal-hal yang perlu dilakukan oleh pasangan pada masa ini agar dapat mempertahankan kelekatan dan kepuasan pernikahan menurut Carolyn Cowan dan Philip Cowan (dalam Bird &

Melville, 1994) antara lain: saling membicarakan harapan dan kecemasan mengenai gambaran ideal keluarga yang diinginkan; masalah atau isu-isu yang muncul secara reguler dan pada waktu yang tenang dan tepat; membuat rencana waktu bersama secara rutin tiap minggu; menganggap masalah sebagai sesuatu yang normal dan dapat dinegosiasikan; menemukan cara-cara untuk mengekspresikan cinta dan kelekatan ketika frekuensi kontak seksual menurun; mengalokasikan waktu untuk kebutuhan personal dan sosial.

3. *Mid-life marriage* (Periode pernikahan jangka menengah)

   Tahap ini biasa disebut juga dengan periode empty-nest dimana anak-anak melalui masa remaja hingga meninggalkan rumah. Pasangan biasanya mengalami dilema antara kebutuhan anak akan otonomi dari orang tua dengan kebutuhan orang tua yang mulai memasuki usia lanjut. Hal ini dapat mengakibatkan pasangan

mengalami stres. Pasangan akan menghadapi masa kekosongan ini dalam periode yang lebih lama yang dapat menjadi masalah baru atau malah memberikan kesempatan untuk memperbarui rasa kebebasan dan keintiman.

4. *Later-life marriage* (Pernikahan jangka panjang)

   Tahap ini terjadi ketika pasangan mulai memasuki masa usia pensiun hingga meninggalnya salah satu pasangan. Mereka biasanya memiliki ikatan yang khusus karena telah bersama sekian lama, menghadapi berbagai peristiwa dan transisi kehidupan, serta mengembangkan cara berkomunikasi dan mengatasi stres yang unik sehingga menganggap pernikahan mereka memberikan pendampingan dan dukungan emosional yang besar. Pria biasanya menikah kembali ketika pasangannya meninggal sementara wanita lebih banyak memilih hidup sendiri.

BAGIAN IV
MEMBANGUN KOMITMEN

A. Komitmen Pernikahan

1. Pengertian Komitmen Pernikahan

   Rusbult (1998) Theory the invesmen model dari Rusbult menjelakan bahwa komitmen adalah beberapa besar kecenderungan seseorang untuk melanjutkan hubungan dengan pasangannya, memandang masa depan terus bersama pasangannya, dan adanya kelekatan psikologis satu sama lain.

   Agnew R . Christopher dkk (1998:940) Komitmen adalah properti yang muncul dari ketergantungan, yang mewakili lebih dari jumlah elemen structural yang timbul. Komitmen timbul akibat dari kepuasan yang tinggi, kualitas alternative dan investasi dari hubungan.

Orang yang sangat berkomitmen pada hubungan sangat mungkin untuk tetap bersama "mengarungi suka duka" dan "demi tujuan bersama". Dalam istilah teknis, **commitment in a relationship** (komitmen dalam suatu hubungan) serarti semua kekuatan, positif dan negative, yang menjaga individu tetap berada dalam suatu hubungan. (Johson, 1999; Surra & Gray, 2000) dalam Taylor E, Shelley dkk.2009).

2. Komponen dalam Komitmen

   Komitmen sendiri oleh finkel (2002) dalam wulandari (2014) di definisikn dalam tiga komponen, yaitu:

   a. Kecenderungan untuk tetap ada dan bertahan

      Komponen komitmen yang paling primitif adalah kecenderungan untuk tetap bertahan atau keputusan untuk tetap bergantung pada pasangan. Kecenderungan untuk tetap ad adalah primitif karena tidak dengan cara ynag langsung(baik secara teoritis atau

oprasional) melibatkan kepentingan temporal yang lebih besar mupun kepentingan interpersonal yang lebih besar.

b. Otoritasi jangka panjang

   Komponen komitmen kedua melibatkan kepentingan temporal yang lebih besar atau otoritasi jangka panjang. Individu-individu dengan orientasi jangka pendek mungkin menerima hasil yang relatif bagus dengan berperilaku sesuai dengan kepentingan pribadi lansung.

c. Kepentingan pribadi atau kelekatan psikologis

   Komponen komitmen ketiga melibatkan kepentingan pribdi yang lebih besar atau kelekatan psikologis, tergantung pada persepsi bahwa *well-being* seseorang dengan *well-being* pasangan saling berkaitan.

3. Aspek-Aspek dalam Komitmen

Menurut Rusbult (Agnew dkk,1998) dalam Wulandari (2014) terdapat tiga aspek dalam komitmen pada perkawinan, yaitu:

a. Tingkat Kepuasan tinggi

Komitmen yang tinggi di tndai dengan kepuasan terhadap pasangan maupun hubungan tinggi. Artinya hubungan memenuhi kebutuhan keintiman, seksualitas dan persahabatan.

b. Mengurangi pilihan-pilihan di luar hubungan

Pilihan-pilihn lain di luar hubungan tidak terlalu menarik individu, sehingga individu tidak akan terlalu tertarik untuk memenuhi kebutuhan yng dianggapnya paling penting diluar hubungan, misal keterlibatan dalam hubungan romantis dengan orang lain atau teman aytau anggota keluarga dan bukan dengan pasangan.

c. Meningkatkan investasi

Komitmen terhadap hubungan dikatakan tinggi jika sejumlah sumber penting secara langsung maupun tak lansung dihubungkan dengan hubungan, seperti waktu, usah, harta, dan jaringan persahabatan yang dulu merupakan milik pribadi kini meningkat menjadi milik dan dilakukan bersama pasangan.

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Komitmen Pernikahan

Rusbult (1998) mendefinisikan komitmen berdasarkan tiga Faktor yang terpisah, antara lain:

a. Kepuasan Hubungan

Individu yang merasa puasa dalam hubungan pernikahan, maka secara psikologis akan menuntun pasangan lebih intim, tidak saling bertengkar satu sama lain dan memperluas harapan dan visi terhadap kualitas hubungan.

b. Kualitas Alternatif

Ketersediaan potensial, daya Tarik dan kualitas seseorang mempengaruhi prefensi seseorang untuk berkomitmen. Salah satu contohnya yaitu masalah finansial, keadaan finansial yang tidak mendukung setelah perceraian dilakukan membuat seseorang memaksakan diri untuk berkomitmen dalam hubungan.

c. Investasi dalam Hubungan

Tingkat investasi yang di berikan demi hubungan mempengaruhi besarnya komitmen seseorang. Investasi ini dapa dilakukan secara lansung dan tidak lansung. Yaitu waktu dan perhatian terhadap epasangan, keterbukaan mengenai perasaan, sedangkan contoh investasi tidak langsung yaitu pertemanan umum, kenangan bersama dan pengalaman yang dilakukan bersama.

5. Faktor Pembentukan Komitmen

   Ada tiga faktor utama yang membentuk komitmen pada suatu hubungan (Johson, 1999; Surra & Gray, 2000) dalam Taylor,E shelley dkk (2009):

   a. Komitmen Personal

      Komitmen di pengaruhi oleh kekuatan daya Tarik pada patner atau hubungan tertentu. Jika kita suka pada orang lain, menikmati kehadirannya, dan merasa orang itu ramah dan gaul, maka kita akan termotivasi meneruskan hubungan kita dengannya. Dengan kata lain, komitmen akan lebih kuat jika kepuasannya tinggi.

      Komitmen ini dinamakan "komitmen personal" karena lebih merujuk pada keinginan individu untuk mempertahankan dan meningkatkan hubungan.

   b. Komitmen Moral

      Komitmen dipengaruhi oleh nilai dan prinsip moral kita-perasaan bahwa kita seharusnya tetap berada dalam suatu

hubungan. Komitmen ini di dasarkan pada perasaan kewajiba, kewajiban agama atau tanggung jawab sosial. Bagi beberapa orang, keyakinan akan kesucian pernikahan dan keinginan menjalin komotmen seumur hidup akan membuat mereka tidak ingin bercerai.

c. Komitmen Struktural

Komitmen didasarkan pada kekuatan negatif atau penghalang yang menyebabkan seseorang akan rugi besar jika meninggalkan hubungan. Faktor yang dapat menahan kita dalam hubungan atara lain adalah adanya alternative hubungan dan investasi yang telah kita tanamkan dalam suatu hubungan. Orang yang sudah menikah mungkin takut pada konsekuensi legal, sosial, dan finansial yang timbul dari perceraian dan karenanya mereka merasa terperangkap dalam suatu perkawinan yang tak bahagia, situasi ini memaksa seseorang untuk melanjutkan suatu hubungan, ada

dua tipe penghalang penting adalah kurannya alternative yang lebih baik dan investasi yang sudah kita tanamkan dalam suatu hubungan.

Ketersediaan alternatif. Level perbandingan Alternatif akan mempengaruhi komitmen kita. Kita mungkin berpacaran dengan orang yang tidak sesuai dengan selera kita karena dia adalah satu-satunya yang mau dengan kita. Ketika kita bergantung pada hubungan untuk mendapat hal-hal yang kita hargai dan tidak bisa mendapatkan hal itu di tempat lain, maka kita sulit untuk meningalkan hubungan (Sttrige, Creed, & Simpson, 1992), kurangnya alternative yang lebih baik akan meningkatkan komitmen.

Invesasi. Komitmen juga di pengaruhi oleh investasi yang kita tanamkan dalam membentuk hubungan (Rusbult, 1980, 1983) dalam Taylor,E shelley dkk (2009).

Investasi itu antara lain waktu, energi, uang, keterlibatan emosiaonal, pengalaman kebersamaan, dan pengorbanan untuk patner, setelah banyak berinvestasi dalam suatu hubungan dan kemudian merasa hubungan itu kurang bermanfaat akan menimbulkan disonasi kognitif pada diri kita.

B. Kepuasan Pernikahan

1. Pengertian Pernikahan

Kartono (1992:207) Perkawinan adalah suatu peristiwa, di mana sepasang mempelai atau sepasang calon suami-istri dipertemukan secara formal dihadapan penghulu/ kepala agama tertentu, para saksi dan sejumlah hadirin, untuk kemudian di syahkan secara resmi sebagai suami-istri dengan ucapan dan ritus-ritus tertentu. Adanya ikatan lahir dan batin dalam perkawinan, berarti bahwa sebuah perkawinan itu perlu adanya kedua ikatan tersebut. Iktan

lahir adalah merupakan ikatan yang tampak, ikatan formal sesuai dengan peraturan-peraturan yang ada. Peristiwa perkawinan merupakan suatu bentuk proklamasi, dalam mana secara resmi sepasang pria dan wanita di umumkan untuk “saling memiliki satu sama lainnya” dan kedua pribadi yang berlainan jenis itu kemudian di paterikan menjadi satu DWITUNGGAL atau satu WIRHEIT yang utuh.

Pernikahan merupakan suatu ikatan yang sakral dan resmi dimana pernikahan akan belangsung dalam setiap siklus kehidupan manusia, pernikahan dilakukan oleh dua orang dari jenis kelamin yang berbeda dengan aturan-aturan agama dan negara. Pernikahan merupakan salah satu kejadian penting yang akan dihadapi oleh setiap manusia dalam perjalanan hidup Atwater dalam (Vembri, 2012) dalam (Riana & Sudhana: 2013).

Hanafi (2008) dalam nurpratiwi (2010) menyatakan bahwa menikah adalah sunnah

Rasulullah Saw untuk dilaksanakn oleh umatnya. Menikah adalah jalan kemuliaan yang di ridhoi dan dimudahkan pengaturannya dalam islam. Dengan menikah pula banyak kebaikan dan barokah yang dapat dinikmati oleh seseorang. Sebagaimana Allah Swt berfirman:

"*Hendaklah kalian menikahkan orang-orang sendirian (belum menikah) diantara kalian dan orang-orang shaleh di antara hamba sahayamu yang laki-laki dan perempuan. Jika mereka miskin, Allah akan memberikan kekayaan kepada mereka dengan karunian-Nya. Allah maha luas (karunia-Nya) lagi maha mengetahui."* (Q. S an-Nur:32)

Apa yang membuat hubungan menjadi memuaskan dan membahagiakan? Menurut teori interpendensi, kita akan puas jika hubungan kita memuaskan, yakni jika memanfaatkan lebih besar ketimbang biaya atau kerugiannya (Rusbult,1980,1983). Biaya atau kerugian adalah kejadian yang kita anggap tak menyenangkan, seperti ketika penampilan kita

di kecam atau kita di permalukan di depan umum. Biaya selalu negative. Sebaliknya pengorbanan selalu berkaitan dengan kesejateraan orang lain , pengorbanan selalu mengesampingkan diri demi kepentingan hubungan, dan mungkin tidak tidak dianggap sebagai suatu yang merugikan. dalam taylor E, Shelly dkk,(2009).

Menurut Lamme (1995) dalam wulandari (2014) kepuasan pernikahan adalah evaluasi suami istri terhadap hubungan perkawinan yng cenderung berubah sepanjang perjalan perkawinan itu sendiri.kepuasan perkawinan dapat merujuk pada bagaimana pasangan suami istri mengevaluasi hubungan pernikahan mereka apakah baik, buruk, atau memuaskan hendrik (2004).

Ardhiani dan Andayani (2005) Kepuasan merupakan suatu hal yang dihasilkan dari penyesuaian antara yang terjadi dengan yang diharapkan , atau perbandingan dari hubungan yang actual dengan pilihan jika hubungan yang

dijalani akan berakhir (Burgess dan Locke, 1960; Waller, 1952; Klemer,1970) dalam Ardhiani dan Andayani (2005) baik suami ataupun istri dapat mengalami ketidakpuasan dalam pernikahan meskipun tidak ada konflik dalam rumah rumah tanggahnya. Namun mereka juga dapat merasa sangat puas dalam ikatan dengan masalah penyesuaian yang tidak terpecahkan.

Clayton (1975) dan Snyder (1979) dalam Hidayah & Hadjam (2006) menjelaskan bahwa kepuasan pernikahan merupakan evaluasi secara keseluruhan tentang segala hal yang berhubungan dengan kondisi pernikahan.

Menurut Stanberg (dalam dariyo,2003) kepuasan pernikahan adanya rasa cinta dalam individu tersebut. Stanberg menjelaskan dalam dalam teori segitiga cinta (*triangular of love)*, unsur cinta terdiri dari tiga jenis, yaitu:

a. *Intimacy* (elemen emosional : keakrabn, keinginan untuk mendekat, memahami kehangatan, menghargai kepercayaan).

Intimacy mengandung sebagai elemen afeksi yang menolong individu untuk selalu melakukan kedekatan emosional dengan orang yang dicintainya.

b. *Passion* (elemen fisiologis: dorongan nafsu biologis atau seksual). Passion merupakan elemen fisiologis yang menyebabkan seseorang ingin merasa dekat secara fisik, menikmati/ merasakan sentuhan, ataupun melakukan hubungan seksual dengan pasangan hidupnya.

c. *Commitmen* (elemen kognitif: tekad untuk mempertahankan hubungan cinta dengan orang lain yang di cintainya). Komitmen adalah elemen kognitif yang mendorong individu tetap mempertahankan keutuhan hubungan cinta dengan pasangan hidup yang dicintainya.

2. Aspek-Aspek Kepuasan Pernikahan

Clayton (1975) dalam Ardhiani dan Andayani (2005) antara lain:

a. Marriage sociability (kemampuan sosial suami istri)
b. Marriage Companioship (persahabatan dalam pernikahan)
c. Economi Affair (urusan ekonomi)
d. Marriage Power (kekuatan pernikahan)
e. Exra Family Relatinship (kekuatan keluarga besar)
f. Ideological Congruence (persamaan ideologi)
g. Marriage Intimacy (keintiman pernikahan)
h. Interaction Tactics (taktik interaksi).

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepuasan Pernikahan

Menurut Duvall & miller (1985) dalam Nurpratiwi (2010) terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi kepuasan pernikahan, faktor tersebut terdiri dari masa lalu dan masa kini, yaitu:

a. Faktor Masa Lalu
   1. Orang Tua: Kebahagian pernikahan orang tua
   2. Masa Kanak Kanak: Tingkat kebahagiaan yang tinggi pada masa kanak-kanak
   3. Disiplin: Disiplin yang cukup tetapi dengan hukuman yang moderat
   4. Pendidikan Seks: Pendidikan seks yang memadai dari orang tua
   5. Pendidikan: Minimal lulus sekolah lanjut
   6. pergaulan: Cukup waktu untuk bergaul sebelum menikah
b. Faktor masa kini
   1. Afeksi: Ekspresi afeksi yang terbuka
   2. Kepercayaan: Saling percaya satu sama lain
   3. Equalitarian: Tidak ada pasangan yang (keseimbangan) mendominasi pasangan lainnya, keputusan-keputusan diambil bersama

4. komuikasi: Komunikasi yang bebas dan terbuka
5. seks: Saling menikmati hubungan seks
6. kehidupan sosial: Berpartisipasi bersama dalam kegiatan di luar rumah, memiliki teman bersama
7. tempat tinggal: Relative menetap
8. keuangan keluarga: Penghasilan yang memadai

4. Komponen-Komponen Kepuasan Pernikahan

Fizpatrik (dalam Bird & Melvi,1994) dalam Nupratiwi, A (2010). Menjelaskan Bahwa Penelitian Kepuasan Pernikahan Secara umum memberikan pertanyaan mengenai:

a. Jumlah konflik pasangan.
b. Tingkat kecocokan pasangan mengenai pentingnya sebuah keyakinan tertentu, pandangan-pandangan dan nilai-nilai.
c. Berapa sering pasangan melakukan sesuatu bersama-sama.

d. Seberapa bahagia pasangan menilai pernikahan mereka
e. Apakah Mereka berfikir pernikahan mereka akan bertahan.

C. Pasangan Dewasa Awal

1. Pengertian Dewasa Awal

H.S Becker dalam Mappier (1983) Dewasa awal adalah suatu masa penyesuaian terhadap pola-pola kehidupan yang baru, dan harapan-harapan sosial yang baru Masa dewasa awal dimulai pada umur 18 tahun sampai kira-kira 40 tahun. Saat perubahan-perubahan fisik dan psikologis yang menyertai berkurangnya masa-masa reproduktif.

Dalam tahun-tahun awal masa dewasa banyak masalah baru yang harus di hadapi seseorang, masalah-masalah baru ini dari segi utamanya berbeda dari masalah-masalah yang sudah dialami sebelumya. Dengan menurutnya tingkat usia kedewasaan secara hukum menjadi 18

tahun pata tahun 1970, anak-anak muda telah dihadapkan pada banyak masalah dan mereka tidak siap untuk mengatasinya. Meskipun mereka sekarang dapat memberikan suaranya, memiliki harta benda, kawin tanpa persetejuan orang tua, serta dapat melakukan berbagai hal yang tidak dapat dilakukan orang muda ketika ketentuan usia dewasa secara hukum masih 21 tahun, jelas pula bahwa "kebebasan baru ini menimbulkan masalah-masalah yang tidak dapat diramalkan oleh orang dewasa yang masih muda itu sendiri maupun oleh kedua orang tuannya". Penyesuaian diri terhadap masalah-masalah masa dewasa dini menjadi lebih intensif dengan di perpendeknya masa remaja, sebab masa transisi untuk menjadi dewasa menjadi sangat pendek sehingga anak-anak muda hamper-hampir tidak mempunyai waktu untuk membuat peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa. Hurlock (1993)

Kedewasaan disini merupakan suatu norma bagi kesehatan psikis dengan begitu Erikson

(dalam Monks, Knoers & Haditono,2001:242) mengemukakan bahwa seseorang yang digolongkan dalam usia dewasa awal yang tidak dapat berhasil dalam tugas-tugas perkembangan akan mengalami isolasi(merasa tersisihkan dari orang lain, kesepian, menyalahkan diri sendiri karena berbeda dengan orang lain.

2. Ciri-Ciri Kematangan Dewasa Awal

Dewasa awala adalah masa kematangan fisik dan psikologis. Menurur Anderson (dalam Mappiare : 17) terdapat ciri kematangan psikologi, ringkasan sebagai berikut:

a. Berorientasi pada tugas, bukan pada diri atau ego' minat orang matang berorientasi pada tugas-tugas yang dikerjakan, dan tidak condong pada perasaan diri sendiri atau untuk kepentingan pribadi.
b. Tujuan-tujuan yang jelas dan kebiasaan-kebiasaan kerja yang efisien; seseorang yang matang melihat tujuan-tujuan yang ingin dicapainya secara jelas dan tujuan-

tujuan itu dapat didefinisikan secara cermat dan tahu mana pantas dan tidak serta bekerja secara terbimbing menuju arahnya.

c. Mengendalikan perasaan pribadi; seseorang yang matang dapat menyetir perasaan-perasaan sendoiri dan tidak dikuasai oleh perasaan-perasaannya dalam mengerjakan sesuatu dan berhadapan dengan orang-orang lain, tetapi mempertimbangkan pula dengan perasaan-perasaan orang lain.
d. Keobjectifan, orang matang memiliki sikap objektif yaitu berusaha mencapai keputusan dalam keadaan yang bersesuaian dengan kenyataan,
e. Menerima kritik dan saran : orang matang memiliki kemauan yang realistis, paham bahwa dirinya tidak selalu benar, sehingga terbuka terhadap kritik-kritik dan saran-saran orang lain demi peningkatan dirinya.
f. Penanggung jawaban terhadap masalah-masalah pribadi ; orang yang matang mau

memberi kesempatan pada orang-orang lain membantau usaha-usaha untuk mencapai tujuan. Secara realistis diakui bahwa beberapa hal tentang usahanya tidak selalu dapat dinilai secara sungguh-sungguh, sehingga untuk itu dia menerima bantuan orang lain, tetapi tetap dia bertanggung jawab secara pribadi bertanggung jawab secara pribadi terhadap usaha-usahanya.

g. Penyesuaian yang realistis terhadap situasi-situasi baru ; orang yang matang memiliki ciri yang fleksibel dan dapat menempatkan diri seirama dengan kenyataan-kenyatan yang dihadapinya dalam situasi-situasi baru.

3. Tugas-Tugas Perkembangan Dewasa Awal

Sebagian besar dewasa awal telah menyelesaikan pendidikan sampai taraf universitas dan kemudian mereka memasuki jenjang karir dalam pekerjaan. Kehidupan

psikososial dewasa awal semakin komplek dibandingkan dengan masa remaja.

Harvighust (Turner dan Helms,1995) dalam Dariyo (2003;105) mengemukakan tugas-tugas perkembangan dewasa muda, diantaranya:

a. Mencari dan menemukan calon pasangan hidup

   Setelah melewati masa remaja, golongan dewasa muda semakin memiliki kematangna fisiologis (seksual) sehingga mereka siap malakukan tugas reproduksi.

b. Membina kehidupan rumah tangga

   Papilia, Olds, Feldman (1998;2001) menyatakan bahwa golongan dewasa awal berkisar antara 21-40 tahun. Masa ini dianggap rentang yang cukup panjang, golongan dewasa muda yang berumur diatas 25 tahun, umumnya sudah menyelesaikan pendidikan setingkat, kemudian mengembangkan kehidupan rumah tangga dengan sebaik-baiknya agar dapat mencapai kebahagian hidup. Mereka

harus dapat menyesuaikan diri dan bekerja sama dengan pasangan hidup masing-masing.

c. Meniti karir daam rangka memantapkan kehidupan ekonomi rumah tangga

   Usai menyelesaikan pendidikan formal setingkat SMU, akademi atau universitas, umumnya dewasa muda memasuki dunia kerja, guna menerapkan ilmu dan keahliannya. Mereka berupaya menekuni karir sesuai dengan minat dan bakat yang dimiliki, serta memberi jaminan masa depan keuangan yang baik. Dengan mencapai prestasi kerja yang baik mereka akan mampu memberi kehidupan yang makmur-sejatera bagi keluarganya.

d. Menjadi warga negara yang bertanggung jawab

   Warga negara yang baik adalah dambaan bagi setiap orang yang ingin hidup tenang, damai, dan bahagia di tengah-tengah masyarakat. Warga negara yang baik

adalah warga negara yang taat dan patuh pada tata aturan perundang-undangan yang berlaku.

Tugas-tugas perkembangan tersebut merupakan tuntutan yang harus dipenuhi seseorang, sesuai dengan norma sosial-budaya yang berlaku di masyarakat. Bagi orang tertentu, yang menjalani ajaran agama (misalnya hidup sendiri/ selibat), mungkin tidak mengikuti tugas perkembangan bagian, yaitu mencari pasangan hidup dan bagian B membina hubungan rumah tamgga. Baik disadari atau tidak, bagian C dan D, setiap orang dewasa muda akan melakukan tugas perkembangan tersebut dengan baik.

D. Hubungan Kepuasan Pernikahan dengan Komitmen Pernikahan Pada Pasangan Dewasa Awal

Johson dkk (1999) dalam Shelly E. taylor dkk (2009) Dari sejumlah perkawinan yang bertahan, kualitas

yang di pertemukan tidak terlalu baik. Banyak orang yang sekedar bertahan, kualitaspun ditemukan tidak terlalu baik. Banyak orang yang sekedar bertahan karena merasa bertanggung jawab pada kehidupan pasangan kelak jika ditinggalkan, banyak juga alasan-alasan yang bersifat struktual. Oleh sebab itu disinilah pentingnya sebuah Kepuasan Pernikahan pada setiap pasangan untuk mengatasi permasalahan-permasalahan tersebut.

Kepuasan pernikahan menurut Lemme (1995) dalam wulandari (2014) adalah evaluasi suami istri terhadap hubungan perkawinan yang cenderung berubah sepanjang perjalanan perkawinan itu sendiri. Kepuasan pernikahan dapat merujuk pada bagaimana pasangan suami istri mengevaluasi hubungan pernikahan mereka, apakah baik, buruk, ataukah memuaskan. Kepuasan pernikahan dapat tercapai sejauh mana kedua pasangan pernikahan mampu memenuhi kebutuhan pasangan masing-masing dan sejauh mana kebebasan dari hubungan yang mereka ciptakan memberi peluang untuk mereka untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan dan harapan-harapan yang merekabawa sebelum pernikahan terlaksana.

David O. sears. dkk (1994:243) besarnya kepuasan tergantung pada besarnya keuntungan yang diterimah dari suatu hubungan, namun penilaian terhadaphubungan tidak hanya di dasarkan pada tingkat absolut dari setiap keuntungan , tetapi juga dari tingkat perbandingan. Bagaimana perbandingan antara hubungan tersebut dengan harapan atau keinginan kita. Meskipun hubungan itu memimbuahkan keuntungan yang berlimpah, kita belum tentu merasa puas sepenuhnya karena kita mengetahui bahwa kita telah di perlakukan tidak adil.

Semua Hubungan akan memiliki masalah dan kadang mengecewakan. Cara kita merespone kekecewaan akan memnjadi sebab sekaligus akibat dari kepuasan dan komitmen kita. Ada bukti bahwa patner yang bahagia dan berkomitmen saling memperlakukan pasangannya dengan cara yang berbeda dengan patner yang tak bahagia. Cara patner merespone kekecewaan akan berdampak pada kebahagiaan mereka di masa depan dan pada kelangsungan hubungan mereka. Periset mulai mengungkapkan bagaimana pemikiran dan perilaku dapat memengaruhi hubungan.

Agnew R . Christopher dkk (1998:940) Komitmen adalah properti yang muncul dari ketergantungan, yang mewakili lebih dari jumlah elemen structural yang timbul. Komitmen timbul akibat dari kepuasan yang tinggi, kualitas alternative dan investasi dari hubungan.

Rusbult (1998) Theory the invesmen model dari Rusbult menjelakan bahwa komitmen adalah beberapa besar kecenderungan seseorang untuk melanjutkan hubungan dengan pasangannya, memandang masa depan terus bersama pasangannya, dan adanya kelekatan psikologis satu sama lain dengan pasangan (kepuasan di peroleh dari hubungan). Pada bagian diatas dapat dilihat bahwa kepuasan pernikahan menentukan tinggih rendahnya komitmen seseorang terhadap hubungannya. Komitmen merupakan keputusan multifacet yang dapat dihasilkan dari pengaruh positif dan negative pada setiap determinan pembentukannya. Suatu hubungan akan mampu bertahan jika individu merasa puas dengan hubungannya, memiliki kualitas alternative yang rendah, serta adanya investasi bersama baik secara moril maupun materil.

Selley E. Taylor (2009:353) Komitmen akan tinggi jika patner merasa hubungannya memberi daya Tarik positif, apabila meraka lebih banyak berinvestasi dalam hubungan itu dan merasa tidak banyak anternatif tersedia.

Untuk memahami sumber komitmen dalam hubungan yang kurang memuaskan, para periset membandingkan pengalaman mereka yang berbeda dalam pernikahan yang tidak bahagia yang ingin mempertahankan pernikahan dengan orang yang mempertimbangkan untuk bercerai. Secara umum, semakin banyak investasi yang di investasikan oleh pasangan itu semakin besar kemunkinan mereka bertahan dan punya anak. Heaton & Albercht (1991) dalam Selley E. Taylor (2009:352).

Faktor lain dalam kepuasan pernikahan adalah usia yang matang. Usia yang matang memasuki pernikahan merupakan salah satu aspek yang berpengaruh terhadap kepuasan pernikahan. Karena dengan usia yang matang, seorang individu dapat berfikir dalam menyesuaikan setiap masalah yang dihadapi. Selain itu dengan matangnya usia seseorang, maka mereka akan mampu mengambil keputusan atau pertimbangan-pertimbangan

yang sehat dan berdasarkan dalam memutuskan suatu masalah, dapat menimbang baik dan buruknya dengan ilmu yang memadai, serta dapat bersikap mandiri. Dan cara berfikir yang baik sehingga dengan mudah menyelesaikan masalah-masalah yang terjadi dalam kehidupan maka akan menciptakan kepuasan dalam pernikahan.

BAGIAN V
KOMUNIKASI POSITIF DASAR-DASAR KOMUNIKASI DALAM KELUARGA

A. Komunikasi Dalam Keluarga

Secara etimologis atau menurut asal katanya istilah komunikasi berasal dari bahasa latin, yaitu comunication, yang akar katanya adalah communis, tetapi bukan partai komunis dalam kegiatan politik. Arti communis adalah sama, dalamarti kata sama makna yaitu sama makna mengenai suatu hal. Secara terminologis komunikasi proses penyampaian suatu pernyataan oleh seseorang pada orang lain. Dalam terminologi yang lain komunikasi dapat dipandang sebagai proses penyampaian informasi dalam pengertian ini, keberhasilan komunikasi sangat tergantung dari penguasaan materi dan pengaturan cara-cara penyampaiannya. Sedangkan pengirim dan penerima pesan bukan merupakan komponen yang menentukan.

Dalam kehidupan sehari-hari disadari atau tidak komunikasi adalah bagian dari kehidupan manusia.

Mulyana pernah berujar, bahwa tanpa melibatkan diri dalam komunikasi, seseorang tidak akan tahu bagaimana makan, minum, berbicara sebagai manusia dan memperlakukan manusia lain secara beradab, karena cara-cara berperrilaku tersebut harus dipelajari lewat pengasuhan keluarga dan pergaulan dengan orang lain yang intinya adalah komunikasi. Jadi komunikasi adalah inti dari semua hubungan dengan tingkat kedalaman yang bervariasi yang ditandai dengan kejujuran, keterbukaan, pengertian, dan saling percaya di antara kedua belah pihak. Adapun proses komunikasi dapat di ilustrasikan seperti dibawah ini.

Keluarga adalah sebagai sebuah institusi yang terbentuk karena ikatan perkawinan. Didalamnya hidup bersama pasangan suami istri secara sah karena pernikahan.

Pengertian keluarga menurut Noor (1983) adalah suatu unit atau lingkungan masyarakat yang paling kecil atau merupakan masyarakat yang paling bawah dari satu lingkungan negara. Posisi keluarga atau rumah tangga ini sangat sentral seperti diungkapkan oleh Aristoteles (dalam Noor, 1983) bahwa keluarga rumah tangga adalah dasar

pembinaan negara. Dari beberapa keluarga rumah tangga berdirilah suatu kampung kemudian berdiri suatu kota. Dari beberapa kota berdiri daru propinsi, dan dari beberapa propinsi berdiridatu negara.

Pada dasaranya keluarga itu adalah sebuah komunitas dalam "satu atap". Kesadaran untuk hidup bersama dalam satu atap sebagai suami istri dan saling interaksi dan berpotensi punya anak akhirnya membentuk komunikasi baru yang disebut keluarga. Karenanya keluargapun dapat diberi batasan sebagai sebuah group yang terbentuk dari perhubungan laki-laki dan wanita perhubungan mana sedikit banyak bertsanggung lama untuk menciptakan dan membesarkan anak-anak. Jadi keluarga dalam bentuk yang murni merupakan satu kesatuan sosial yang terdiridari suami, istri dan anak-anak yang belum dewasa. Satuan ini mempunyai sifat-sifat tertentu yang sama, dimana saja dalam satuan masyarakat manusia.

Ketika sebuah keluarga terbentuk, komunikasi baru karena hubungan darahpun terbentuk pula. Di dalamnya ada suami, istri dan anak sebagai penghuninya. Saling berhubungan, saling berinteraksi di antara mereka

melahirkan dinamika kelompok karena berbagai kepentingan, yang terkadang bisa memicu konflik dalam keluarga.

Oleh karena itu, konflik dalam keluarga harus diminimalkan untuk mewujudkan keluarga seimbang dan bagaimana cara berkomunikasi dalam keluarga dengan baik. Keluarga seimbang adalah keluarga yang ditandai keharmonisan hubungan (relasi) antara ayah dan ibu antara ayah dan anak serta antara ibu dan anak. Setiap anggota keluarga tahu tugas dan tanggung jawab masing-masing dan dapat dipercaya.

Tak dapat dipungkiri, hubunganyang menjadi kepedulian kebanyakan orang adalah hubungan dalam keluarga, keluarga mewakili suatu konstelasi hubungan yang sangat khusus.

Dilingkungan keluarga, komunikasi juga sangat besar kedudukannya dalam mempertahankan kelangsungan hidup keluarga yang bersangkutan. Tanpa dibarengi dengan pelaksanaan komunikasi yang terbuka antar anggota dalam suatu keluarga dipastikan tidak akan terjadi keharmonisan di dalamnya.

Dalam keluarga juga paling sering terjadinya proses komunikasi dan informasi pendidikan. Bukanlah pendidikan awalnya dari keluarga? Sebagian besar perilaku orangtua dan lingkungannya dalam keluarga, akanselalu mendapatkan proses pendidikan sepanjang anak-anak masih diasuh di dalamnya.

Didalam lingkungan keluarga memang tidak hanya terjadi proses komunikasi pendidikanlain seperti komunikasi massa (setidaknya sebagai anggota audiens pemirsa dan pembaca media massa).

Infromasi dalam lingkungan keluarga pun menyertai kehadiran proses komunikasi, baik langsung ataupun tidak langsung. Seperti halnya proses komunikasi, proses perjalanan informasi dalam lingkungan keluarga selalu sejalan sebagai penyerta proses komunikasi.

B. Pola Komunikasi Dan Interaksi Dalam Keluarga

Komunikasi merupakan suatu kegiatan yang pasti terjadi dalam kehidupan keluarga. Tanpa komunikasi, sepilah kehidupan keluarga dari kegiatan berbicara, berdialog, bertukar pikiran dan sebagainya. Akibatnya

kerawanan hubungan antara anggota-anggota keluarga pun sukar untuk dihindari. Oleh karena itu, komunikasi antara suami dan sitri, komunikasi antara ayah, ibu dan anak, komunikasi antara ayah dan anak, komunikasi antara ibu dan anak dan komunikasi antar anak dan anak, perlu dibangun secara harmonis dalam rangka membangun pendidikan yang baik dalam keluarga. Persoalannya adalah pola komunikasi bagaimana yang sering terjadi dalam kehidupan keluarga? Berdasarkan kasusistik perilaku orang tua dan anak yang sering muncul dalam keluarga, maka pola komunikasi yang sering terjadi dalam keluarga adalah berkisar di seputar model Stimulus – Respons (S-R), model interaksional, hubungan antar peran, model ABX.

1. Model stimulus – respons

   Pola komunikasi yang biasanya terjadi dalam keluarga adalah model stimulus – respons (S-R). Pola ini menunjukkan komunikasi sebagai suatu proses "aksi – reaksi" yang sangat sederhana. Pola S-R mengasumsikan bahwa kata-kata verbal (lisan –tulisan) isyarat-isyarat nonversal, gambar-gambar dantindakan-

tindakan tertentu akan merangsang orang lain untuk memberikan respons dengan cara tertentu. Oleh karena itu, proses ini dianggap sebagai pertukaran atau pemindahan informasi atau gagasan, proses ini bersifat timbal balik dan mempunyai banyak efek.

2. Model Interaksional

   Model Interaksional ini berlawanan dengan model S-R. Sementara model S-R mengasumsikan manusia adalah pasif, model interaksional menganggap manusia jauh lebih aktif. Komunikasi di sini digambarkan sebagai pembentukan makna yaitu penafsiran atas pesan atau perilaku orang lain oleh para peserta komunikasi. Berapa konsep penting yang digunakan adalah diri sendiri, diri orang lain, simbol, makna, penafsiran, dan tindakan.

3. Hubungan antar peran

   Komunikasi dalam keluarga dapat pula dipengaruhi oleh pola hubungan antar peran hal ini, disebabkan masing-masing peran yang ada

dalam keluarga dilaksanakan melalui komunikasi.

4. Model ABX

   Pola komunikasi lainnya yang juga sering terjadi dalam komunikasi antara anggota keluarga adalah model ABX yang dikemukakan oleh *Newcomb* dari perspektif psikologi-sosial. *Newcomb* menggambarkan bahwaseseorang (A) menyampaikan informasi kepada seseorang lainnya (B) mengenai sesuatu (X). yaitu (1) orientasi A terhadap X, yang meliputi sikap terhadap X sebagai objek yang harus didekati atau dihindari dari atribut kognitif (kepercayaan dan tatanan kognitif), (2) orientasi A terhadap B dalam pengertian yang sama.

C. Aneka Komunikasi Dalam Keluarga

1. Komunikasi verbal

   Komunikasi verbal adalah suatu kegiatan komunikasi antara individu atau kelompok yang mempergunakan bahasa sebagai alat

perhubungan efektif tidaknya suatu kegiatan komunikasi bergantung dari ketepatan kata-kata atau kalimat dalam mengungkapkan sesuatu.

Kegiatan komunikasi verbal menempati frekuensi terbanyak dalam keluarga setiap hari orang tua selalu ingin berbincang-bincang kepada anaknya., canda dan tawa menyertai dialog antara orang tua dan anak.

2. Komunikasi non verbal

   Komunikasi yang berlangsung dalam keluarga tidak hanya dalam bentuk verbal, tetapi juga dalam bentuk nonverbal. Walaupun begitu, komunikasi nonverbal suatu ketika bisa berfungsi sebagai penguat komunikasi verbal. Fungsi komunikasi verbal sangat terasa jika, komunikasi yang dilakukan secara verbal tidak mampu mengungkapkan sesuatu secara jelas.

3. Komunikasi Individual

   Komunikasi individual atau komunikasi interpersonal adalah komunikasi yang sering terjadi dalam keluarga. Komunikasi yang terjadi berlangsung dalam sebuah interaksi

antarpribadi, antara suami dan istri, antara ayah dan anak, antara ibu dan anak, antar anak dan anak.

4. Komunikasi kelompok

   Hubungan akrab antara orang tua dan anak sangat penting untuk dibina dalam keluarga keakraban hubungan itu dapat dilihat dari frekuensi pertemuan antara orang tua dan anak dalam suatu waktu dan kesempatan. Suadahwaktunya orang tua meluangkan waktu dan kesempatan untukduduk bersama dengan anak-anak, berbicara, berdialog dalam suasana santai.

D. Tahap-Tahap Perkembangan Komunikasi Keluarga

1. Keluarga dengan anak-anak prasekolah

   Pada tahap ini dari lahir hingga usia 6 tahun, anak-anak ada pada tahun puncak untuk mempelajari bahasa. Kemampuan berbahasa terutama diperoleh dari keluarga khususnya dari interaksi anatara anak dan pengasuh utama,

ibunya. Anak-anak memulai kemampuan berbahasa dengan menggunakan kata-kata tunggal. Anatara usia 18-24 bulan, ungkapan-ungkapan dua kata muncul. Menjelangn usia 3 tahun anak-anak menguasai kira-kira seribu kata, dan mulai usia 4-5 tahun mereka memperoleh kira-kira 50 kata setiap bulan.

2. Keluarga dengan anak-anak usia sekolah

   Anak-anak semakin mengalami kebebasan sejalan dengan pertambahan usia. Mereka memperoleh pengaruh tidak hanya lewat komunikasi keluarga yang masih merupakan kekuatan dominan, tapi juga lewat komunikasi dengan pihak-pihak di luar keluarga. Dua dimensi komunikasi orang tua-anak menjadi penting; penerimaan-penolakan dan kontrol otonomi.

3. Keluarga dengan anak-anak remaja

   Tahap ini cenderung ditandai dengan bertambahnya konflik sehubungan dengan bertambahya kebebasan anak-anak. Masalah-masalah otonomi dan kontrol menjadi sangat

tajam pada tahun-tahun ini. Anak-anak remaja mulai mengalihkan komunikasi dari komunikasi keluarga kepada komunikasi dengan teman- teman sebaya. Karena perubahan-perubahan fisiologis dan psikologis yang dialami remaja, topik-topik tertentu menjadi perhatian mereka. Pendeknya, usia remaja merupakan tantangan terbesar bagi komunikasi keluarga. Bila orang tua dan anak dapat mengatasi badai, komunikasi selanjutnya akan lebih lancar. Selanjutnya dapat disimpulkan dengan pertambahan usia, hubungan kita dengan saudara- saudara kandung tetap penting. Misalnya, penelitian di Universitas Purdue menunjukkan bahwa wanita yang mempunyai hubungan akrab dengan seorang saudara perempuannya mengalami kurang depresi dalam kehidupan lanjutnya. Klagsbrun melaporkan, berdasarkan survey, bahwa wanita lebih cenderung merasa akrab dengan saudara-saudara perempuannya dibandingkan dengan pria terhadap saudara-

sudara prianya dan bahwa saudara-saudara kandung lebih cenderung akrab sebagai orang-orang dewasa bila perbedaan usia mereka tidak lebih dari lima tahun antara yang satu dengan lainnya.

E. Etika Komunikasi Keluarga Dalam Islam

Dalam konteks komunikasi di masyarakat, ada 2 kata yang dirasa perlu dibicarakan di sini, yaitu etika dan etiket. Etika adalah kata benda. Bahasa Inggrisnya adalah ethics yang berarti etika atau tata susila.

Sementara itu etiket adalah suatu kata yang berasal dari bahasa Prancis etiquette, yang secara harfiah berarti peringatan. Secara maknawi berarti persyaratan konvensional mengenai prilaku tata cara dalam masyarakat beradab memelihara hubungan baik antara sesama manusianya.

Ketika di kaitkan dengan komunikasi, maka etika ibu menjadi dasar pijakan dalam berkomunikasi antar individu atau kelompok. Etika memberikan landasan moral dalam membangun tata susila terhadap semua sikap

dan perilaku individu atau kelompok komunikasi. Dengan demikian, tanpa etika komunikasi itu dinilai tidak etis.

Secara garis besar, etika komunikasi dalam Islam dapat dibagi menjadi dua, yaitu etika komunikasi transendental (hablum minallah) dan etika komunikasi insani (hablumminannas). Etika komunikasi dalam Islam dibangun berdasarkan petunjuk yang diisyaratkan oleh Al-Qur'an dan Al-Sunnah. Islam mengajarkan berkomunikasi itu dengan penuh beradaban, penuh penghormatan, penghargaan terhadap orang yang di ajak bicara, dan sebagainya.

Ada 6 (enam) prinsip etika komunikasi dalam Islam yaitu prinsip qawlan karima (perkataan yang benar/lurus), prinsip qawlan ma'rufa (perkataan yang baik), prinsip qawlan layyina (perkataan yang lemah lembut), dan prinsip qawlan maisura (perkataan yang pantas), adapun penjelasannya sebagai berikut:

1. Qawlan Karima (Perkataan yang benar / lurus)

   Komunikasi yang baik tidak dinilai dari tinggi rendahnya jabatan atau pangkat seseorang, tetapi ia dinilai dari perkataan seseorang cukup banyak orang yang gagal berkomunikasi

dengan baik kepda orang lain disebabkan mempergunakan perkataan yang keliru dan berpotensi merendahkan orang lain.

Islam mengajarkan agar memeprgunakan perkataan yang mulia dalam berkomunikasi kepada siapapun seperti terdapat dalam ayat Al-Qur’an yang berbunyi:

وَقَضَى رَبُّكَ أَلاَّ تَعْبُدُواْ إِلاَّ إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَاناً إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِندَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلاَهُمَا فَلاَ تَقُل لَّهُمَا أُفٍّ وَلاَ تَنْهَرْهُمَا وَقُل لَّهُمَا قَوْلاً كَرِيماً

“Dan Tuhanmu telah memerintahkan supaya kamu jangan menyembah selain Dia dan hendaklah kamu berbuat baik pada ibu bapakmu dengan sebaik-baiknya. Jika salah seorang di antara keduanya atau kedua-duanya sampai berumur lanjut dalam pemeliharaanmu, maka sekali-kali janganlah kamu mengatakan kepada keduanya perkataan "ah" dan janganlah kamu membentak mereka dan ucapkanlah

kepada mereka perkataan yang mulia".(Al-Israa : 23)

2. Qawlan Sadida (Perkataan jujur)

   Berkata benar berarti berkata jujur, apa adanya, jauh dari kebohongan orang yang jujur adalah orang yang dapat dipercaya setiap perkataan yang keluar dari mulutnya selalu mengandung kebenaran.

   Dalam kehidupan keluarga, masalah berkata benar ini penting apalagi dalam konteks pendidikan anak. Islam mengajarkan agar orang tua selalu berkata benar kepada anak. Berbicara kepada orang lain harus benar katakan yang benar itu benar dan yang salah itu salah.

3. Qawlan ma'rufa (berkata yang baik/pantas)

   Qawlan ma'rufa dapat diterjemahkan dengan ungkapan yang pantas / baik.

   Dalam surat al-baqarah ayat 263 Allah berfirman :

قَوْلٌ مَّعْرُوفٌ وَمَغْفِرَةٌ خَيْرٌ مِّن صَدَقَةٍ يَتْبَعُهَا أَذًى وَاللَّهُ غَنِيٌّ حَلِيمٌ

"Perkataan yang baik dan pemberian ma'af lebih baik dari sedekah yang diiringi dengan sesuatu yang menyakitkan (perasaan si penerima). Allah Maha Kaya lagi Maha Penyantun" (Al-Baqarah : 263).

Islam mengajarkan agar ketika memberi orang lain yang minta sedekah disertai dengan perkataan yang baik, bukan diiringi dengan perkataan kasar sebab perkataan yang kasar dapat menyakiti perasaan orang lain.

4. Qawlan Baligha (berkata yang bermanfaat / mengena jiwa)

   Qawlan baligha adalah komunikasi yang efektif dalam Al-Qur'an Allah swt berfirman:

   أُولَـئِكَ الَّذِينَ يَعْلَمُ اللّهُ مَا فِي قُلُوبِهِمْ فَأَعْرِضْ عَنْهُمْ وَعِظْهُمْ وَقُل لَّهُمْ فِي أَنفُسِهِمْ قَوْلاً بَلِيغاً

   "Mereka itu adalah orang-orang yang Allah mengetahui apa yang di dalam hati mereka. Karena itu berpalinglah kamu dari mereka, dan berilah mereka pelajaran, dan katakanlah

kepada mereka perkataan yang berbekas pada jiwa pada jiwa seseorang. Dalam keluarga komunikasi mereka". (An-Nisaa : 63)

Ayat diatas memberikan isyaratbahwa komunikasi itu efekif bila perkataan yang disampaikan itu berbekas yang berbekas di jiwa adalah penting. Komunikasi seperti ini hanya terjadi bila komunikasi yang berlangsung itu efektif mengenai sasaran. Artinya apa yang dikomunikasikan itu secara terus terang, tidak bertele-tele sehingga tepat mengenai sasaran yang dituju.

5. Qawlan Layyina (berkata yang lemah lembut)

   Islam mengajarkan agar menggunakan komunikasi yang lemah lembut kepada siapapun. Dalam keluarga orang tua sebaiknya berkomunikasi pada anak dengan cara lemah lembut, jauh dari kekerasan dan permusuhan. Dengan menggunakan komunikasi yang lemah lembut, selain ada perasaan bersahabat yang menyusup ke dalam telung hati anak. Ia juga berusahamenjadi pendengar yang baik, perintah

menggunakan perkataan yang lemah lembut ini terdapat dalam Al-Qur'an yang berbunyi:

فَقُولَا لَهُ قَوْلاً لَّيِّناً لَّعَلَّهُ يَتَذَكَّرُ أَوْ يَخْشَى

"Maka berbicaralah kamu berdua kepadanya dengan kata-kata yang lemah lembut, mudah-mudahan ia ingat atau takut". (Thaahaa : 44)

6. Qawlan Maiusura (perkataan yang pantas)

Dalam komunikasi baik lisan maupun tulisan dianjurkan untuk mempergunakan bahasa yang mudah ringkas, dan tepat sehingga mudah dicerna dan dimengerti. Dalam Al-Qur'an ditemukan istilah qawlan manusia yang merupakan salah satu tuntunan untuk melakukan komunikasi dengan mempergunakan bahasa yang mudah dimengerti dan melegakan perasaan.

F. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Komunikasi Keluarga

Berkomunikasi itu tidak mudah. Terkadang seseorang dapat berkomunikasi dengan baik kepada orang lain. Dilain waktu seseorang mengeluh tidak dapat berkomunikasi dengan baik kepada orang lain.

Dalam keluarga, ketika dua orang berkomunikasi, sebetulnya mereka berada dalam perbedaan untuk mencapai kesamaan pengertian dengan cara mengungkapkan dunia sendiri yang khas, mengungkapkan dirinya yang tidak sama dengan siapapun. Sekalipun yang berkomunikasi ibu adalah antara suami dan istri antara ayah dan anak antara ibu dan anak, dan antara anak dan anak, hanya sebagian kecil mereka itu sama-sama tahu, sama-sama mengalami, sama pendapat, dan sama pandangan.

Ada sejumlah faktor-faktor yang mempengaruhi kimunikasi da,am keluarga, seperti yang akan duraikan berikut ini:

1. Citra diri dan citra orang lain

   Citra diri atau merasa diri, maksudnya sama saja. Ketika orang berhubungan dan

berkomunikasi dengan orang lain, dua mempunyai citra diri dia merasa dirinya sebagai apa dan bagaimana. Setiap orang mempunyai gambaran-gambaran tertentu mengenai dirinya statusnya, kelebihan dan kekurangannya. Gambaran itulah yang menentukan apa dan bagaimana ia berbicara, menjadi menjaring bagi apa yang dilihatnya, didengarnya, bagaimana penilaiannya terhadap segala yang berlangsung disekitarnya. Dengan kata lain, citra diri menentukan ekspresi dan persepsi orang.

Tidak hanya citra diri, citra orang lain juga mempengaruhi cara dan kemampuan orang berkomunikasi. Orang lain mempunyai gambaran tang khas bagi dirinya. Jika seorang ayah mencitrakan anaknya sebagai manusia yang lemah, ingusan, tak tahu apa-apa, harus di atur, maka ia berbicara secara otoriter. Akhirnya, citra diri dan citra orang lain harus saling berkaitan, saling lengkap-melengkapai. Perpaduan kedua citra itu menentukan gaya dancara komunikasi.

2. Suasana Psikologis

   Suasana Psikologis di akui mempengaruhi komunikasi. Komunikasi sulit berlangsung bila seseorang dalam keadaan sedih, bingung, marah, merasa kecewa, merasa irihati, diliputi prasangka, dan suasana psikologis lainnya.

3. Lingkungan Fisik

   Komunikasi dapat berlangsung dimana saja dan kapan saja, dengan gaya, dan cara yang berbeda. Komunikasi yang berlangsung dalam keluarga berbeda dengan yang terjadi di sekolah. Karena memang kedua lingkungan ini berbeda. Suasana di rumah bersifat informal, sedangkan suasana di sekolah bersifat formal. Demikian juga komunikasi yang berlangsung dalam masyarakat. Karena setiap masyarakat memiliki norma yang harus diataati, maka komunikasi yang berlangsungpun harus taat norma.

4. Kepemimpinan

   Dalam keluarga seorang pemimpin mempunyai peranan yang sangat penting dan strategis.

Dinamika hubungan dalam keluarga dipengaruhi oleh pola kepemimpinan. Karakteristik seorang pemimpin akan menentukan pola komunikasi bagaimana yang akan berproses dalam kehidupan yang membentuk hubungan-hubungan tersebut. Menurut Cragan dan Wright, kepemimpinan adalah komunikasi yang secara positif mempengaruhi kelompok untuk bergerak ke arah tujuan kelompok. Kepemimpinan adalah faktor yang paling menentukan keefektifan komunikasi kelompok.

5. Bahasa

Dalam komunikasi verbal orang tua atau anak pasti menggunakan bahasa sebagai alat untuk mengekspresikan sesuatu. Pada suatu kesempatan bahasa yang dipergunakan oleh orang tua ketika secara kepada anaknya dapat mewakili suatu objek yang dibicarakan secara tepat. Tetapi dilain kesempatan, bahasa yang digunakan itu tidak mampu mewakili suatu objek yang dibicarakan secara tepat. Maka dari

itu dalam berkomunikasi dituntut untuk menggunakan bahasa yang mudah dimengerti antara komunikator dan komunikasi.

6. Perbedaan Usia

   Komunikasi dipengaruhi oleh usia. Itu berarti setiap orang tidak bisa berbicara sekehendak hati tanpa memperhatikan siapa yang diajak bicara. Berbicara kepada anak kecil berbeda ketika berbicara kepada remaja. Mereka mempunyai dunia masing-masing yang harus dipahami.

BAGIAN VI
RESOLUSI KONFLIK TEORI KONFLIK KELUARGA

"Menulislah, dan hatimu akan menuntunmu untuk berbicara" Hanya pojok kecil untuk pena dan kertas ini memainkan perannya, dari gadis kecil yang berusaha membuka kebenaran lewat kata hatinya.

A. Sejarah dan Tokoh Teori Konflik

Konflik merupakan suatu fenomena biasa dan merupakan kenyataan bagi masyarakat yang terlibat di dalamnya (Puspitawati, 2013). Menurut Waluya (2007) konflik berasal dari pertentangan kelas antara kelompok tertindas dengan kelompok penguasa, sehingga akan mengarah pada perubahan sosial.

Teori konflik sosial telah berkembang sejak Abad 17 dan kemudian populer pada tahun 1960an. Teori konflik berawal dari kritik tajam terhadap paham positivisme yang berkembang di ranah keilmuwan sosiologi. Kritik tajam

tersebut ditujukan kepada ilmuwan yang mendefinisikan perkembangan dan perubahan sosial secara linear atau statis. Para kritikus positivisme menganggap bahwa perkembangan dan perubahan sosial tidaklah disusun atas dasar struktur yang statis atau linear, melainkan struktur yang tersusun secara dinamis atau dialektis.

Terdapat tiga tokoh yang memiliki peran penting dalam lahirnya teori konflik tersebut, antara lain: Karl Marx, Max Weber, dan George Simmel. Ketiga tokoh tersebut menyusun proposisi yang berbeda-beda tentang kejadian konflik di masyarakat dan dari unit analisis yang berbeda. Sanderson (2003) mengemukakan tiga komponen dasar dalam analisis sistem sosiokultural yang terdiri atas superstruktur ideologis, struktur sosial, dan infrastruktur material. Tiga komponen dasar tersebut yang dijadikan oleh para tokoh untuk menganalisis suatu fenomena atau kejadian-kejadian sosial yang berlangsung.

1. **Karl Marx**

   Karl Marx yang dikenal dengan teori marxisnya pada abad 19 menyebutkan bahwa ketika orang-orang yang tertindas bergabung dan menentang penguasa maka akan mengubah kondisi yang

ada. Teori Marx terlahir sebagai penolakan atas sistem kapitalis yang diterapkan pada masyarakat industry Eropa abad ke-19 dengan semua ketidakadilan, eksploitasi manusia khususnya kelas bawah atau kelas buruh (proletar). Sehingga, jelaslah bahwa teori Marx membangun konsep stratifikasi sosial berdasarkan model ekonomi.

Marx menjadikan infrastruktur material sebagai determinasi sistem sosial yang berlangsung pada masyarakat dan kemudian menyusun proposisinya tentang proses konflik yang didasarkan atas ketidak setaraan akses terhadap sumberdaya (Turner, 1998).

Ketidaksertaan ini kemudian membentuk kelompok yang memposisikan diri sebagai ordinat (mendominasi) di satu sisi dan kelompok subordinat (termajinalkan) pada sisi lain. Marx mengungkapkan bahwa masyarakat yang tersubordinasi akan menjadi peduli pada kepentingan kolektif mereka atas dominasi kelompok ordinat dengan mempertanyakan

pola distribusi sumberdaya alam yang tidak merata. Hal ini berakibat pada rusaknya relasi antara kelompok ordinat dan kelompok subordinat yang disebabkan karena disposisi alternatif yang diciptakan oleh kelompok ordinat.

Adanya disposisi ini kemudian menyebabkan kelompok subordinat membangun kesatuan ideologi untuk mempertanyakan sistem yang berlangsung dan melakukan perlawanan melalui kepemimpinan kolektif terhadap kelompok ordinat. Hal ini kemudian menyebabkan polarisasi antara kelompok ordinat dengan kelompok subordinat berlangsung berkepanjangan.

Skema teori yang dikembangkan oleh Marx menitikberatkan pada komitmen politik dalam menjadikan konflik sebagai alat dalam mengubah suatu sistem dalam masyarakat. Marx meyakini bahwa konflik dapat memproduksi perubahan sosial yang sesuai dengan harapan. Selain itu, pengembangan teori

konflik yang dikembangkan oleh Max menganalisa lebih dalam mengenai faktor penyebab konflik, hal inilah yang menurutkan akan dapat mempengaruhi hasil akhir dari sebuah konflik itu sendiri (Turner, 1975).

2. Max Weber

Teori konflik yang dikemukakan oleh Weber menekankan pada perspektif suprastruktur ideologis (Sanderson, 2003). Weber membangun proposisi dalam proses konflik antara superordinat dengan subordinat (Turner, 1998). Rancangan analisa yang dilakukan oleh Weber yaitu:

a. Konflik antara superordinat dengan subordinat dimungkinkan terjadi apabila terdapat tarikan dari otoritas politik.
b. Tarikan tinggi dari otoritas politik tersebut dapat terjadi melalui:
    1. Keanggotaan dalam kelas
    2. Kelompok status
    3. Hierarki

4. Diskontinu atau derajat ketidaksetaraan dalam distribusi sumberdaya dengan hierarki sosial yang tinggi
5. Mobilisasi sosial melalui hierarki sosial yang didasarkan atas kekuasaan dan prestise, serta kekayaan

c. Konflik antara superordinat dengan subordinat dimungkinkan terjadi melalui kepemimpinan yang karismatik sehingga dapat memobilisasi subordinat.
d. Melalui kepemimpinan karismatik, konflik berhasil dicapai dengan tekanan yang kuat terhadap otoritas yang lama sehingga menghasilkan sistem baru perihal peran dan administrasi.
e. Sebuah sistem dengan otoritas peran dan administrasi yang terbentuk tersebut, dapat kembali terjadi tarikan yang terus berulang (kembali ke proposisi kedua dan seterusya).

Berbeda dengan Marx yang mengonsepkan stratifikasi sosial berdasarkan model ekonomi saja, Weber dalam mengembangkan teori konflik sosial didasarkan atas berbagai aspek sosial, seperti politik, agama, dan lain-lain (Wardana, 2014).

Weber menjelaskan bahwa semua aktifitas yang dilakukan oleh individu dilandasi oleh kepentingan pribadi yang berkaitan erat dengan tujuan pribadi, nilai dan norma dalam masyarakat serta berbagai aspek materi. Atas dasar inilah yang kemudian individu membutuhkan kekuasaan sebagai jalan dalan mencapai kepentingan pribadinya.

3. George Simmel

Simmel menggambarkan masyarakat sebagai suatu pola interaksi yang menyerupai jarring laba-laba, dimana terdapat berbagai macam bentuk hubungan sosial didalamnya. Seperti dominasi, subordinasi, kompetisi, imitasi, pembentukan kelompok dan lain sebagainya. Menurutnya, setiap fenomena sosial memiliki

elemen formal yang bersifat ganda, antara kerja sama dengan konflik, antara superordinasi dan subordinasi, antara keakraban dan jarak sosial, yang dijalankan secara teratur dalam struktur yang bersifat birokratis

Simmel dalam pengembangan teorinya menekankan bahwa asosiasi dan konflik bukanlah fenomena yang terpisah, akan tetapi saling berkaitan secara intim. Artinya, masyarakat terintegrasi dalam berbagai konflik individu atau kelompok yang saling tumpang tindiih, sebuah kelompok atau individu bisa berkonflik dengan kelompok lain dalam satu konteks dan juga bisa bekerja sama dalam konteks yang lain.

Harmoni dan konflik merupakan fenomena sosial yang terjadi akibat adanya interaksi dalam masyarakat. Sehingga, konflik menurut Simmel merupakan suatu keniscayaan dalam dunia sosial (Wardana, 2014). Menurutnya, suatu sistem sosial tanpa adanya konflik

menunjukkan tidak adanya proses kehidupan (Turner, 1975).

Dari ketiga tokoh diatas, pandangan Karl Marx dan Weber lebih kepada masyarakat sebagai unit analisisnya. Berbeda dengan George Simmel yang menekankan unit analisis individu ke dalam teori konfliknya. Simmel menjelaskan, bahwa salah satu tugas utama sosiologi adalah memahami interaksi antar individu yang dapat melahirkan konflik maupun solidaritas antar sesama (Ritzer & Goodman, 2003). Dari penjelasan tersebut, maka proposisi-proposisi yang dibangun Simmel cenderung melihat kejadian konflik dikarenakan interaksi antar individu yang memiliki kekuatan emosional yang dapat membangun ikatan solidaritas antar sesama.

Akan tetapi, sesudah ketiga tokoh tersebut konflik dianggap sebagai patologi sosial hingga dasawarsa keenam (Tumengkol, 2012). Hingga pada akhirnya Lewis A. Coser pada tahun 1956 mengembangan teori baru, yaitu teori konflik yang menyatakan bahwa konflik merupakan kesadaran yang tercermin atas semangat pembaharuan masyarakat. Munculnya Coser kemudian disusul oleh

tokoh-tokoh lain seperti Dahrendorf. Coser dalam mengembangkan teorinya berfokus pada sumbangan konflik yang secara potensial positif dalam membentuk dan mempertahankan struktur.

B. Keluarga dan Konflik

Terdapat dua pandangan mengenai konflik yang berkembang terutama dalam kajian organisasi, yaitu:

No.	Pandangan lama (Tradisional)	Pandangan Baru (Modern)
1	Konflik dapat dihindarkan	Konflik tidak dapat dihindarkan
2	Konflik disebabkan oleh kesalahan-kesalahan manajemen dalam perancangan dan pengelolaan organisasi / oleh pengacau	Konflik timbul karena banyak sebab, termasuk struktur organisasi, perbedaan tujuan yang tidak dapat dihindarkan, perbedaan dalam

		persepsi dan nilai-nilai pribadi dan sebagainya
3	Konflik mengganggu organisasi dan menghalangi pelaksanaan optimal	Konflik dapat membantu atau menghambat pelaksanaan kegiatan organisasi dalam berbagai derajat
4	Tugas manajemen adalah menghilangkan konflik	Tugas manajemen adalah mengelola tingkat konflik dan penyelesaiaannya
5	Pelaksanaan kegiatan organisasi yang optimal membutuhkan penghapusan konflik	Pelaksanaan kegiatan organisasi yang optimal membutuhkan tingkat konflik moderat

(Sedarmayanti, 2014)

Berdasarkan pandangan diatas dapat disimpulkan bahwa dewasa ini konflik dianggap sebagai suatu hal yang tidak hanya bersifat negatif, tetapi mengandung sumbangan positif terhadap suatu organisasi. Selain itu, keberadaan konflik telah menjadi satu hal yang melekat pada organisasi sehingga tidak dapat dihindarkan.

Tidak hanya dalam sebuah organisasi, adanya konflik menjadi ciri khas dalam kehidupan masyarakat. Seperti yang disebutkan oleh tokoh-tokoh sebelumnya, bahwa dengan adanya konflik, masyarakat akan berusaha untuk memperbaharui sistem yang telah ada menjadi tatanan yang lebih baik.

Terdapat tiga hal utama yang menjadi sumber terjadinya konflik, baik dalam suatu organisasi maupun secara luas dalam masyarakat seperti yang dijelaskan oleh Sedarmayanti (2014), yaitu:

1. Masalah Komunikasi

   Komunikasi seringkali menjadi faktor utama terjadinya sebuah konflik akibat adanya kesalahan dalam menanggapi informasi yang diterima.

2. Masalah Struktur

   Adanya pertarungan kekuasaan atau perbedaan penilaian mengenai sistem yang ada dapat menimbulkan konflik dalam tatanan kehidupan masyarakat.

3. Masalah Pribadi

   Individu memiliki sifat dasar yang cenderung mementingkan diri sendiri daripada kelompok. Sifat inilah menurut Lockwood akan memunculkan diferensiasi kekuasaan yang berdampak pada penindasan kelompok tertentu (Puspitawati 2013). Perbedaan nilai, norma, ideologi maupun tujuan yang dimiliki oleh masing-masing individu dapat memicu timbulnya konflik ketika perbedaan tersebut mengalami pergesekan.

Klein & White (1996) menyebutkan terdapat beberapa asumsi dari teori konflik, yaitu:

1. Manusia tidak mau tunduk pada konsensus

2. Manusia adalah individu otonom yang memiliki kemauan sendiri tanpa harus tunduk kepada norma dan nilai, sehingga dimotivasi terutama oleh keinginannya sendiri
3. Konflik adalah endemik di kelompok sosial
4. Tingkatan masyarakat yang normal cenderung memiliki konflik daripada keselarasan
5. Konflik merupakan suatu konfrontasi antara idividu, grup atas sumber daya tertentu

Puspitawati (2013) menjelaskan bahwa terdapat empat hal penting dalam memahami teori konflik sosial, yaitu:

1. Kompetisi (atas kelangkaan sumberdaya seperti makanan, kesenangan, partner seksual, dan sebagainya. Dasar interaksi manusia bukanlah konsensus seperti yang ditawarkan fungsionalisme, namun lebih kepada kompetisi.
2. Terdapat ketidaksamaan struktural dalam hal kekuasaan.
3. Individu dan kelompok yang ingin mendapatkan keuntungan maksimal.

4. Perubahan sosial terjadi sebagai hasil dari konflik antara keinginan (*interest*) yang saling berkompetisi dan bukan sekadar adaptasi. Perubahan sosial sering terjadi secara cepat dan revolusioner daripada evolusioner.

Unit keluarga sebagai sebuah institusi sosial tidak berbeda jauh dengan kelompok sosial yang lainnya. Meskipun demikian, keluarga merupakan sebuah institusi sosial yang bersifat kompleks dimana hukum dan peraturan informal, tradisi dan kepribadian individu terbentuk.

Sama halnya dengan masyarakat, teori konflik memandang keluarga sebagai suatu kelompok yang tidak dapat terlepas dari konflik. Teori konflik sosial dalam keluarga tidak sepakat bahwa keluarga merupakan unit sosial yang harmonis, stabil dan damai. Hal ini disebabkan adanya perbedaan kekuasaan seperti diferensiasi status antara laki-laki dan perempuan dalam keluarga yang kemudian memunculkan situasi perselisihan, konflik dan persaingan.

Namun, dalam perkembangannya teori konflik kurang dapat diintegrasikan dalam studi mengenai keluarga. Hal ini disebabkan adanya beberapa hambatan diantaranya dominasi laki-laki, politik konservatif serta tafsiran struktural-fungsionalis mengenai realitas sosial. Hambatan ini kemudian menjadikan konflik dikonotasikan sebagai sesuatu yang negatif dan asumsi bahwa konflik dalam keluarga merupakan penyimpangan. Dalam konteks sosial yang lebih besar, keluarga dianggap sebagai sebuah lembaga yang suci. Akibatnya, kurang adanya dukungan yang dapat meyakinkan dalam penelitian mengenai konflik dalam keluarga (Farrington, 1993).

Menanggapi hal tersebut, kemudian pada tahun 1970an terdapat sebuah penelitian yang kemudian memunculkan beberapa topik substantif mengenai kajian konflik dalam keluarga, diantaranya:

1. Konflik suami istri
2. Pola komunikasi dalam keluarga
3. Konflik antara orang tua dan anak-anak
4. Hubungan antara saudara kandung
5. Perselisihan keluarga atas warisan

6. Manajemen konflik intrafamili
7. Terapi perkawinan dan konseling
8. Kekuatan, termasuk ancaman dalam keluarga
9. Hambatan struktural yang dihadapi perempuan dalam pendidikan tinggi (Farrington, 1993).

Farrington (1993) menjelaskan terdapat dua hal yang memungkinkan timbulnya konflik, yaitu:

1. Masing-masing individu atau kelompok memiliki perbedaan keinginan, dalam lingkungan keluarga, Farrington mencontohkan ketika anak-anak memiliki keinginan yang berbeda dengan orang tua ketika menonton televisi.
2. Masing-masing individu memiliki keinginan yang sama, namun sumber daya yang diinginkan terbatas. Hal ini seringkali terjadi diantara saudara seperti perselisihan mendapatkan roti.

Konflik dapat timbul karena ketidakcocokan antara kedua belah pihak, baik karena berlawanan atau

perbedaan. Ketidakcocokan tersebut juga dapat disebabkan oleh kesalahan persepsi dan komunikasi.

Konflik adalah peristiwa sosial yang mencakup pertentangan atau ketidaksetujuan (Lestari, 2012). Dalam teori konflik, semakin dekat hubungan seseorang maka akan semakin berpotensi mengalami konflik. Begitu halnya dalam keluarga, karena sudah ada rasa saling ketergantungan antar anggota keluarga, maka kemungkinan terjadinya konflik semakin besar. Konflik dalam keluarga juga bisa disebabkan karena adanya ketidaksetujuan atau perilaku oposisi antar anggota keluarga.

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, bahwa konflik merupakan sebuah keniscayaan dalam kehidupan, adanya konflik membuktikan bahwa terdapat proses interaksi yang kemudian memunculkan dinamika dalam kelompok sosial. Kemudian, yang lebih penting dari sebuah konflik adalah mengelola konflik menjadi lebih moderat dan menjadikannya sebagai pembaharu dalam kehidupan.

Menurut Rubin (dalam Lestari, 2012), pengelolaan konflik sosial dapat dilakukan dengan berbagai cara, antara lain:

- Penguasaan (*domination*), ketika salah satu pihak berupaya memaksakan kehendaknya baik dilakukan secara fisik maupun psikologis
- Penyerahan (*capitulation*), ketika salah satu pihak secara sepihak menyerahkan kemenangan kepada pihak lain
- Pengacuhan (*inaction*), ketika salah satu pihak tidak melakukan apa-apa, sehingga cenderung membiarkan terjadinya konflik
- Penarikan diri (*withdrawal*), ketika salah satu pihak menarik diri dari keterlibatan dengan konflik
- Tawar-menawar (*negotiation*), ketika pihak-pihak yang berkonflik saling bertukar gagasan , dan tawar-menawar untuk menghasilkan kesepakatan yang menguntungkan bagi kedua belah pihak

- Campur tangan pihak ketiga (*third-party intervention*), ketika terdapat pihak yang tidak terlibat konflik dan dijadikan sebagai penengah untuk menghasilkan persetujuan pada pihak yang berkonflik.

Sedangkan menurut Harriet Goldhor Lerner (dalam Lestari, 2012) terdapat lima cara yang digunakan oleh individu dalam menangani konflik, yaitu:

- Pemburu (*pursuer*), yaitu individu yang berusaha membangun hubungan lebih dekat
- Penghindar (*distancer*), yaitu individu cenderung mengambil jarak secara emosi
- Pecundang (*underfunctioner*), yaitu individu yang gagal menunjukkan kompetensi atau aspirasinya
- Penakluk (*overfunctioner*), yaitu individu yang cenderung megambil alih dan merasa lebih tahu yang terbaik bagi pihak lain
- Pengutuk (*blamer*), yaitu ndividu yang selalu menyalahkan orang lain atau keadaan

Berdasarkan kelima cara tersebut, individu dengan ciri pemburu akan meningkatkan relasinya, sehingga jika terjadi konflik, mereka akan menghadapi konflik tersebut dan berusaha menyelesaikannya.

Terlepas dari itu semua, penyelesaian konflik dalam keluarga menjadi hal yang sangat penting. Karena keluarga merupakan sebuah institusi sosial yang memiliki fungsi dan peran penting dalam segala aspek kehidupan. Pembentukan sebuah keluarga yang melalui proses panjang dengan janji yang diucapkan melalui pernikahan, maka konflik merupakan suatu tantangan dalam pernikahan serta sebagai penilaian sejauh mana janji tersebut dapat dilaksanakan oleh kedua belah pihak.

Contoh Kasus

Digugat Cerai, Cathy Sharon Alami Gangguan Psikis

Liputan6.com, Jakarta Cathy Sharon digugat cerai suami, Eka Kusuma. Rumah tangga yang dibina empat tahun terakhir terancam runtuh. Isu Cathy yang gemar pulang malam dan Eka memiliki wanita idaman lain (WIL) mengiringi proses cerai keduanya.

Akibat gugatan cerai Eka, Cathy dikabarkan mengalami gangguan psikis. Hal itu terjadi lantaran kakak Julie Estelle ini masih ingin mempertahankan rumah tangga demi kedua anaknya.

"Psikis agak terganggu. Karena memang secara naluri keibuan dua orang anak. Cathy masih ingin mempertahankan keluarga yang utuh, semua demi anak-anak," kata pengacara Cathy Sharon, Fajri Yusuf Herman saat dihubungi Liputan6.com, Selasa (1/3/2016).

Setelah rumah tangganya bergejolak, tak ada yang berubah dengan kegiatan sehari-hari Cathy. Bahkan, kebersamaannya dengan anak-anak semakin intens.

"Aktivitas biasa saja. Karena mengurus anak bukan hal baru, Cathy selalu meluangkan waktunya untuk bersama anak-anak," ucapnya.

Analisis Kasus

Berdasarkan kasus di atas, maka dapat diterangkan bahwa terdapat konflik keluarga yang terjadi pada Chaty Sharon. Suaminya menggugat cerai karena dikabarkan Chaty sering pulang malam dan dugaan sang suami memiliki orang ketiga. Menurut Agoes Dariyo (dalam Estuti, 2013), perceraian adalah peristiwa yang sebenarnya tidak dikehendaki dan direncanakan oleh pasangan yang terikat dalam ikatan perkawinan. Hal yang biasa meyebabkan perceraian adalah karena sudah tidak ada lagi kecocokan antara pasangan suami isteri.

Jika ditinjau dari teori konflik, perceraian tersebut terjadi karena seringnya muncul kecurigaan dan rasa tidak percaya pada pasangan, sehingga dapat menimbulkan kecemburuan. Chaty sering pulang malam, sehingga kemungkinan muncul rasa curiga dari suami dan timbul ketidakpercayaan terhadap alasan yang disampaikan Chaty. Hal ini dapat disebabkan akibat dari kurang optimalnya pola komunikasi yang berlangsung dalam keluarga sebab kurangnya intensitas pasangan bertemu.

Sayangnya, dalam penyelesaian konflik ini Eka sebagai kepala keluarga cenderung menjadi *overfunctioner* dengan menganggap bahwa perceraian merupakan satu-satunya jalan terbaik. Keputusan tersebut nampaknya tidak mempertimbangkan sudut pandang pihak Chaty, sehingga terdapat disfungsi perannya sebagai seorang istri yang seharusnya memiliki hak dalam pengambilan keputusan dalam keluarga.

Dampak dari konflik ini adalah kondisi psikologis Chaty akibat adanya tekanan yang menimbulkan stress. Keinginan dalam diri Cathy untuk mempertahankan pernikahan sebab adanya anak-anak yang kemudian bergesekan dengan dominasi suami yang menginginkan perceraian membuat Cathy merasa tertekan. Dalam hal ini jelas terlihat adanya pihak yang menjadi ordinat yaitu Eka dan subordinat yaitu Cathy, terlepas dari dugaan-dugaan yang menjadikan sebab perceraian.

Dampak lain yang terjadi adalah kepada kedua anaknya. Hal tersebut karena dengan mengetahui kedua orang tuanya bercerai, maka kondisi emosi anak bisa saja tidak stabil. Rasa cemas terhadap perpisahan, rasa marah

kepada kedua orang tua, dan akan ada rasa malu terhadap teman sebayanya.

BAGIAN VII
INTIMASI SEX

Pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial yang membutuhkan interaksi antara satu sama lain. Berdasarkan hal tersebut, setiap individu akan membentuk sebuah hubungan agar tercipta sebuah interaksi dan dapat bertahan dalam lingkungan sosialnya. Seperti yang terjadi dalam kehidupan, individu membangun beberapa jenis hubungan, misalnya hubungan keluarga, hubungan pertemanan, persahabatan, dan hubungan romantis dengan lawan jenis yang dapat dikatakan sebagai pacaran, serta jenjang hubugan selanjutnya yaitu pernikahan. Banyak hal yang terlibat jika seseorang membentuk sebuah hubungan dengan orang lain, contohnya faktor jenis kelamin, usia, tingkat sosial, dan tidak lupa melibatkan emosi. Menurut Erikson (dalam *the psychlogy book*, 2012) individu membangun hubungan yang lebih akrab dengan orang lain dan memulai pengalaman tentang cinta secara dewasa terjadi pada usia sekitar 18 – 30 tahun atau pada usia dewasa muda. Pada usia dewasa muda ini ditandai dengan

krisis psikoemosional, yang menurut Erikson ada pada tahap *intimacy* vs *isolation*, dimana sebagian besar individu pada masa ini membangun hubungan romantis dan lebih intim dengan lawan jenisnya. Sedangkan menurut Papalia et al (2007) usia dewasa muda dimulai pada usia 20 tahun sampai dengan 40 tahun, dan pada masa ini individu memiliki cinta yang dewasa yang berarti memiliki komitmen, hasrat seksual, kerjasama, dan kompetensi sekaligus sahabat (Feist & Feist, 2008).

Sebuah hubungan dibangun pastinya di mulai dengan kesepakatan untuk bersama, begitu juga dengan sebuah keputusan untuk berpisah. Dalam menjalani hubungan, baik pacaran atau menikah terkadang tidak selalu berjalan dengan baik, seringkali hubungan cinta itu kandas. Salah satu fenomena yang terjadi saat ini adalah pasangan yang memutuskan untuk berpisah karena terbentur masalah jarak oleh pasangannya. Hal ini biasanya terlihat diawali dengan kecemasan-kecemasan yang timbul dari diri sendiri, komunikasi antar pasangan, kepercayaan antar pasangan, sampai masalah intensitas pertemuan yang menjadi salah satu penyebab utama perpisahan itu terjadi.

Dalam berpacaran atau menikah ada dua jenis hubungan yang dapat terjadi berdasarkan jarak, yaitu *Geographically Close Relationships* dan *Long Distance Relationships*. *Geographically Close Relationship* dikenal sebagai sebuah hubungan romantis yang kedua belah pihaknya berada pada lokasi yang sama atau berdekatan. Sedangkan *Long Distance Relationship*, merupakan hubungan romantis yang kedua belah pihaknya terpisah secara geografis atau yang sering disebut hubungan jarak jauh (Pistole, Roberts & Mosko, 2010). Holt dan Stone (dalam Khoman, 2010) menggunakan faktor waktu dan jarak untuk mengategorisasikan pasangan yang menjalani pacaran atau pernikahan jarak jauh. Berdasarkan informasi demografis dari partisipan penelitian yang menjalani pacaran jarak jauh, didapat tiga kategori waktu berpisah (0, kurang dari 6 bulan, lebih dari 6 bulan), tiga kategori waktu pertemuan (sekali seminggu, seminggu hingga sebulan, kurang dari satu bulan), dan tiga kategori jarak (0-1 mil, 2-294 mil, lebih dari 250 mil). Dari hasil penelitian tersebut, ditemukan bahwa pacaran jarak jauh dapat dikategorisasikan berdasarkan ketiga faktor tersebut. Penelitian lainnya menggunakan definisi

berdasarkan persepsi partisipan terhadap hubungan tersebut (Dellman-Jenkins dkk, 1994). Definisi yang berbeda-beda ini menandakan bahwa banyak faktor yang berperan dalam menentukan apakah suatu hubungan termasuk hubungan jarak jauh atau bukan dan ada lebih dari satu jenis hubungan jarak jauh (Skinner, 2005).

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Titi Setiani (2011) mengungkapkan salah satu hal yang dapat mempengaruhi terbangunnya sebuah hubungan, yaitu jarak (proximity). Kedekatan atau jarak dapat mempengaruhi tingkat kedekatan hubungan interpersonal. Meningkatnya intensitas kedekatan fisik dapat membuat seseorang lebih tertarik dan semakin dekat pada orang lain. Sedangkan hubungan jarak jauh atau LDR memiliki kelemahan keterpisahan fisik antara keduanya (DeVito, 2007). Hal yang sama juga dinyatakan oleh Yudistriana, dkk (2010) dalam penelitiannya mengenai intimasi dalam pria dewasa yang memiliki hubungan jarak jauh, bahwa keterpisahan fisik yang terdapat dalam hubungan percintaan jarak jauh berpotensi menimbulkan perubahan dalam komponen cinta yang harus dipenuhi dalam suatu hubungan. Dalam sebuah hubungan jarak jauh atau LDR

individu akan berpotensi mengalami konflik dalam pemenuhan hubungan akan keintiman.

Berpacaran atau menikah pastinya melibatkan emosi manusia, Menurut Paul Kleiman (dalam *psych*,2012) ada sebuah emosi yang kompleks dalam diri manusia yang dikatakan dengan cinta. Tidak hanya kompleks, cinta juga dikatakan sangat mungkin muncul dan salah satu emosi pusat yang ada pada tiap individu. Emosi ini juga memiliki pengaruh yang besar dalam sebuah hubungan antar individu. Robert Sternbegrs (2004) memiliki sebuah teori "*triangular theory of love"* yang membagi tingkatan cinta menjadi tiga bagian: *intimacy, passion,* dan *commitment*. Kelekatan *(intimacy)* menjelaskan adanya kedekatan antara satu sama lain, perasaan cinta, dan rasa berbagi antar satu sama lain. *Passion* menjabarkan tentang perasaan gairah seksual *(sexual arousal)* dan daya tarik *(attraction)*, euphoria. Hal ini yang dapat mendorong dua orang untuk bersama-sama. Ketiga, komitmen *(commitment)* yaitu keinginan untuk tetap setia kepada orang lain dan bertahan dalam hubungan jangka panjang. Menurut Erikson (Santrock,2002) keterbukaan diri (*self disclosure*) dan berbagi pemikirian-pemikirian personal

merupakan tanda keintiman atau kelekatan. Dalam sebuah hubungan, kelekatan menjadi salah satu faktor yang dipertimbangkan oleh banyak pasangan, akan berbeda kondisinya antara pasangan yang menjalani hubungan jarak dekat dengan pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh (*long distance relationship*).

Menjalani hubungan jarak jauh (*long distance relationship*) bukanlah hal yang mudah untuk di jalankan, ditambah lagi apabila seseorang yang menjalani hubungan tersebut kurang memiliki rasa kesejahteraan subjektif yang baik pada dirinya. Kesejahteraan subjektif bagi pasangan merupakan hal yang penting dalam meciptakan hubungan yang harmonis. *Subjective well being* (SWB) menurut Russell (2008) adalah persepsi manusia atau pandangan subjektif mereka terhadap kehidupannya. Sedangkan Veenhoven (dalam Suh, et al.,1999) mendefinisikan *subjective well being* adalah derajat penilaian individu terhadap kualitas hidupnya secara menyeluruh.

Menurut beberapa tokoh psikologi SWB merupakan istilah ilmiah dari *happines* (kebahagiaan). Diener et al (2003) mengartikan SWB sebagai penilaian pribadi

individu mengenai kepuasan (baik aspek umum, maupun aspek spesifik), afek positif maupun afek negatif, yang ditinjau dari dirinya sendiri bukan penilaian oleh para ahli. *Subjective well being* tidak begitu saja ada pada pasangan yang menjalani *long distance relationship*, melainkan sebagai sebuah proses, pemahaman, dan penerimaan diri oleh setiap individu, dalam hal ini yang menjadi acuan adalah pasangan yang menjalani *long distance relationship.* Semakin baik pasangan yang menjalani LDR dalam memahami dan menerima hubungannya dalam situasi dan kondisi apapun, maka semakin tinggi juga kesejahteraan subjektif pada pasangan tersebut (Melinda, 2013).

A. Definisi *Intimacy*

Menurut Erikson (dalam Valentini, & Nisfiannoor, 2006) *intimacy* sebagai kemampuan untuk berkomunikasi dan juga berperan penting dalam menjalin dan meningkatkan keintiman dalam menjalin hubungan yang romatis. Hal ini didukung oleh pernyataan Strong dan Devault (1989) yang mengemukakan bahwa *intimacy* dan

komunikasi saling berkaitan dan pasangan yang mengalami kesulitan dalam komunikasi dikatakan tidak memiliki *intimacy* didalam hubungan mereka.

Intimacy atau keintiman juga dijelaskan sebagai perasaan dalam satu hubungan yang berkaitan dengan kedekatan diantara dua orang yang ditandai dengan interakasi verbal ataupun non verbal, keadaan mental, fisik, dan sosial (Gustia Rahmi, 2014).

Menurut Stenberg (1998) *intimacy* adalah salah satu komponen yang dapat membangun cinta yang ideal dari dau hal penting lainnya yaitu komitmen dan *passion*. Sternberg (2006) menjelaskan *intimacy* adalah elemen emosional dalam suatu hubungan yang melibatkan pengungkapan diri (*self-disclosure*), yang akan menghasilkan suatu keterkaitan, kehangatan, dan kepercayaan. Sternberg (2006) juga menyatakan bahwa *intimacy* adalah kedekatan yang dirasakan oleh dua orang dan kekuatan yang mengikat mereka berdua untuk tetap bersama.

B. *Intimate Relationship*

Hubungan romantis antara individu dewasa muda berasal dari berbagi bentuk dan berbagai ukuran. *Intimacy* bersifat multi konsep dari banyak komponen (Lippert & Prager, 2001 ; Prager & Roberts, 2014 dalam Intimate Relationship 2008) . Dua peneliti (Laurenceau et al., 2004 ; Reis & Patrick, 1996) dan laypeople (Marston et al., 2008; Monsour., 1992; Parks & Flyod, 1996) menyetujui bahwa *intimate relationship* berasal dari beberapa asosiasi kausal, setidaknya ada enam aspek yang mempengaruhi: pengetahuan, *caring, interdependence, mutuality,* kepercayaan, dan komitmen.

1. Pengetahuan *(Knowledge)*

   Sebuah hubungan dibentuk dari sebuah *extensive personal*, rasa nyaman, dan pengetahuan mengenai pasangan satu sama lain. Pasangan saling bertukar informasi mengenai sejarah dirinya, keinginan, perasaan, dan hal yang tidak mereka ceritakan kepada orang lain kecuali pada pasangannya tersebut. Pengetahuan ini secara tidak langsung akans

selalu di dapatkan dengan melakukan *sharing* antara pasangan (*intimate relationship,* 2008).

2. Perhatian *(Caring)*

   Dalam *initimate relathionship* juga terdapat aspek *caring*. Setiap pasangan sangat memerlukan rasa *care* atau perhatian satu sama lai. Prilaku *caring* antara satu sama lain dapat menigkatkan keintiman atau *intimacy* ketika individu tersebut percaya bahwa pasangannya dapat mengetahui, memahami, serta mengapresiasi dirinya (Reis & Gable, 2003).

3. Rasa Saling Ketergantungan (*Interdepedence*)

   Dalam menjalin sebuat *intimate relationship* timbulah sebuat rasa ketergantungan antar satu sama lain. Perlu diperhatikan hal yang dilakukan pasangan akan memiliki pengaruh bagi pasangannya. Dilihat dari kekuatan pengaruh, berapa lama hal itu dilakukan, bagaimana hal yang dilakukan tersebut dapat mempenaruhi prilaku pasangannya (Bescheid,Snyder, & Omoto, 2004)

4. Hal Kebersamaan (*Mutuality)*

Ketika menjalani *intimate relationship* pasangan cenderung akan menggangap dirinya sebagai “kita” bukan lagi menganggap dirinya sebagai dua orang individu yang sedang berdekatan, atau mereka tidak lagi menggap “aku” dan “dia” melainkan mereka memahami adanya kebersaan sebagai “kita” (Fitzsimons & Kay, 2004; Levinger & Snoek, 1972). Beberapa peneliti menggangpan dalam pasangan yang menjalani *intimate raltionship* hanya mengukur seberapa banyak hal yang dapat mereka lakukan bersama (Aron & Mashek 2004).

5. Kepercayaan *(Trust)*

   Aspek penting lainnya dalam membangun sebuah *intimate relationship* adalah kepercayaan. Membentuk sebuah kepercayaan sangatlah dibutuhkan toleransi yang tinggi sebagai perwujudan rasa adil dan saling menghormati antar pasangan satu sama lain (Holmes, 1991). Ketika sebuah kepercayaan dalam hubungan hilang , biasanya individu akan selalu merasa cemas dalam hubungannya dan

mengurangi rasa saling ketergantungan antara satu sama lain yang menjadi salah satu hal penting yang dapat memupuk rasa kedekatan antar pasangan (Jones, Crouch, & Scott, 1997)

6. Komitmen

Dalam sebuah *intimate relationship* sangat dibutuhkan komitmen antar pasangan terhadap hubungan yang mereka jalani. Komitmen di perlukan dalam sebuah hubungan karena mencerminkan adanya sebuah harapan untuk selalu bersama tanpa batas waktu, hal ini tentunya memerlukan investasi seseorang akan waktu, tenaga, dan sumber daya untuk mewujudkan komitmen tersebut. Komitmen ini dapat meningkatkan keintiman antar pasangan apabila mereka menjalankan dengan baik antar satu sama lain (*intimate relationship,* 2008).

BAGIAN VIII
PERAN RELIGIUSITAS DALAM MENINGKATKAN PSYCHOLOGICAL WELL BEING ANNISA FITRIANI*

Abstrak

Psychological well being merupakan suatu konsep yang berkaitan dengan apa yang dirasakan individu mengenai aktivitas dalam kehidupannya sehari-hari dalam mengevaluasi diri sendiri dan kualitas serta pengalaman hidup. Evaluasi terhadap pengalaman akan membuat seseorang menjadi pasrah terhadap keadaan dan membuat psychological well beingnya rendah atau berusaha memperbaiki hidupnya yang akan membuat psychological well beingnya meningkat. Itu berarti tinggi rendahnya psychological well being individu, tergantung dari bagaimana individu itu sendiri secara efektif dapat mengatur sumber-sumber sekitarnya baik internal maupun eksternal dalam memaksimalkan tingkat fungsional.

Salah satu yang mempengaruhi psychological well being seseorang adalah tingkat menjalankan ritual agama seseorang, yang dapat dilihat dari kualitas dan kuantitas atau disebut denga religiusitas.Beberapa teori menjelaskan adanya keterkaitan antara religiusitas dengan psychological well being yang berarti bahwa komitmen religious mempunyai hubungan dengan salah satu dimensi psychological well being yaitu hubungan positif dengan orang lain. Semakin baik komitmen religius seseorang maka semakin baik pula tingkat hubungan dengan lingkungannya kerena dengan berbagai aktivitas keagamaan maka dapat meningkatkan rasa solidaritas kelompok dan memperkuat ikatan kekeluargaan sehingga akan meningkatkan psychological well being.

Kata kunci : *Psychological Well Being*, Religiusitas

A. Fenomena

Kehidupan normal dan sehat adalah idaman semua orang. Oleh karena itu setiap manusia berupaya menciptakan kehidupan yang sejahtera baik kondisi fisik,

sosial dan psikologisnya. Hal ini dilakukan dalam rangka meningkatkan kualitas hidupnya yaitu dengan memenuhi kebutuhan-kebutuhan yang meliputi fisik, sosial dan psikologi. Dalam pemenuhan kebutuhan-kebutuhan tersebut banyak permasalahan-permasalahan yang muncul sehingga menyebabkan terganggunya perkembangan psikologis seseorang.

Manusia senantiasa berperilaku dalam rangka memenuhi kebutuhannya, kodratnya sebagai manusia mendorongnya untuk selalu mengadakan perubahan seiring dengan perubahan kebutuhan hidupnya yang terus berjalan. Kebutuhan antara satu individu dengan individu lainnya umumnya memiliki kesamaan namun berbeda dalam pencapaiannya. Ada sebagian individu yang berhasil memenuhi kebutuhannya dan ada pula sebagian lain yang mengalami kendala dalam memenuhi kebutuhan tersebut karena bermacam-macam alasan. Pencapaian kebutuhan tentunya akan membuat manusia menjadi gembira dan kegagalan dalam mencapai kebutuhan juga bisa menimbulkan permasalahan meskipun tidak sedikit orang yang juga berhasil melewati kegagalannya dengan

baik, hal ini terkait dengan kemampuan individu dalam menerima kenyataan.[1]

Teori hirarki kebutuhan Maslow menjadi salah satu tolok ukur yang bisa digunakan dalam memahami kebutuhan manusia yang sangat beragam. Maslow menyusun teori kebutuhannya dalam bentuk hirarki yang dimulai dari kebutuhan yang sangat mendasar bagi manusia, seperti kebutuhan makan, minum dan sebagainya hingga kebutuhan yang dianggap tertinggi yaitu kebutuhan aktualisasi diri.[2]

Pemenuhan kebutuhan dasar atau yang lebih rendah harus relative terpuaskan sebelum orang menyadari atau dimotivasi oleh kebutuhan (need) yang berada di jenjang yang lebih tinggi. Pada umumnya need yang lebih rendah mempunyai kekuatan atau kecenderungan menjadi prioritas yang lebih besar. Kebutuhan-kebutuhan ini termasuk dalam rangkaian hirarki kebutuhan yang sudah diatur Maslow dalam teorinya.

---

[1]M Argyle, *The Psychology of Happiness*, 2nd Edition (Sussex: Routledge, 2001), hal. 33

[2]Hand-out Mata Kuliah Psikologi Kepribadian, *"Pengantar Psikologi Kepribadian Non Psikoanalitik",* Tidak diterbitkan, Fakultas Psikologi UIN Malang, hal. 54.

Sebagaimana firman Allah yang artinya:

"Dijadikan indah pada (pandangan) manusia kecintaan kepada apa-apa yang diingini, yaitu: wanita-wanita, anak-anak, harta yang banyak dari jenis emas, perak, kuda pilihan, binatang-binatang ternak dan sawah ladang. Itulah kesenangan hidup di dunia, dan di sisi Allah-lah tempat kembali yang baik (surga)". (QS. Al-Imran: 14)[3]

Dalam psikologi, penelitian tentang kebahagiaan dan ketidakbahagiaan dikenal sebagai Psychological Well Being (PWB) atau Kesejahteraaan Psikologis. Kesejahteraan psikologis adalah suatu keadaan dimana individu mampu menerima dirinya apa adanya, mampu membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial, mampu mengontrol lingkungan eksternal, memiliki arti dalam hidup, serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu. Pengertian mengenai kebahagiaan memang belum ditemukan pengertiannya secara pasti, karena sifatnya yang sangat subjektif dan tiap orang memiliki

---

[3]R. H. Thouless, *Pengantar psikologi agama* (Jakarta: Rajawali, 1992), hal. 65

caranya sendiri untuk menemukan apa yang dimaksud kebahagiaan yang berlaku bagi dirinya. Dan kebahagiaan yang biasa ditafsirkan kebanyakan orang lebih mengarah kepada kemampuan seseorang menjalani kehidupannya secara baik dan nyaman. Orang yang bahagia bisa dikatakan sebagai orang yang mampu menikmati jalan hidupnya dengan senang hati.

Carol D. Ryff, Penggagas teori kesejahteraan psikologis ini menjelaskan bahwa tiap orang dapat menjadi sejahtera dengan menerima diri, memiliki tujuan hidup, mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan, dan terus bertumbuh secara personal. Berdasarkan hasil-hasil penelitian tentang psychological well-being yang didasarkan pada teori Ryff, diketahui bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi psychological well-being adalah kepribadian. Sedangkan factor lain yang mempengaruhi psychological well-being seseorang adalah: status sosial ekonomi.

Erat dan kurang percaya dengan orang lain, tidak hangat dan terbuka terhadap orang lain dan kurang dapat merasakan keprihatinan terhadap orang lain. Berdasarkan

fakta-fakta yang telah diuraikan di atas bahwa pada kenyataannya tidak semua orang yang memiliki religiusitas yang baik juga akan memiliki psychological well being yang baik. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan antara religiusitas dengan *psychological well being.*

B. Landasan Teori Konsep Psychological Well Being

Sebelum memahami tentang kesejahteraan psikologis, perlu diketahui tentang pengertian kata "Sejahtera" dan "Kesejahteraan" itu sendiri. Kata "Sejahtera" dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia berarti aman, sentosa, makmur; selamat (terlepas dari segala macam gangguan, kesukaran, dan sebagainya). Sementara kata "Kesejahteraan" berarti hal atau keadaan sejahtera, keamanan, keselamatan, ketentraman, kesenangan hidup, kemakmuran, dan sebagainya. Pengertian "Sejahtera" menurut Kementerian Koordinator Kesejahteraan Rakyat yaitu suatu kondisi masyarakat yang telah terpenuhi kebutuhan dasarnya. Kebutuhan dasar tersebut berupa kecukupan dan mutu pangan, sandang, papan, kesehatan,

pendidikan, lapangan pekerjaan, dan kebutuhan dasar lainnya seperti lingkungan yang bersih, aman dan nyaman. Juga terpenuhinya hak asasi dan partisipasi serta terwujudnya masyarakat beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Kesejahteraan juga bisa dibedakan menjadi lahiriyah/fisik dan batiniyah. Namun, mengukur kesejahteraan, terutama kesejahteraan batin/spiritual, bukanlah yang mudah. Kesejahteraan yang bersifat lahir yang biasa dikenal dengan kesejahteraan ekonomi lebih mudah diukur daripada kesejahteraan batin. Ukuran kesejahteraan lebih kompleks dari kemiskinan. Kesejahteraan harus dapat memenuhi kebutuhan fisik, psikologis, sosial, dan kerohanian.[4]

Sementara itu, konsep kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-Being*) atau PWB diperkenalkan oleh Bernice Neugarten pada tahun 1961 yang diartikan sebagai kondisi psikologis yang dicapai oleh seseorang berhubungan dengan teori kepuasan hidup (*Life Satisfaction*). Orang yang mencapai kesejahteraan psikologis pada masa usia lanjut dapat diukur dengan

[4]Hamburger, *Technology and psychological well-being* (New York: Cambridge University. Ismayadi, 2009), hal. 123

kepuasan hidup. Konsep PWB adalah konsep yang secara kontemporer banyak dikembangkan dari konsep utamanya yakni “Well Being”. Secara umum, PWB digunakan sebagai hasil dalam studi penelitian secara empiris. Kahneman menyebut Well Being (WB) sebagai pengalaman yang Mmembuat hidup bahagia. Ryff & Singer menggali WB dalam konteks aplikasi kehidupan dan memberikan batasan istilah, tidak hanya pencapaian kebahagiaan tetapi juga sebagai tujuan yang mengarah kepada kesempurnaan.

Ryan & Deci mengidentifikasikan dua pendekatan pokok untuk memahami Well Being: Pertama, difokuskan pada kebahagiaan, dengan memberi batasan dengan “batas-batas pencapaian kebahagiaan dan mencegah dari kesakitan”. Fokus yang kedua adalah batasan menjadi orang yang fungsional secara keseluruhan/ utuh, termasuk cara berfikir yang baik dan fisik yang sehat. Kebahagiaan bagaimanapun juga bukanlah satu-satunya indikator dari *positive psychological functioning* sebagaimana yang ada pada penelitian-penelitian terdahulu. Banyak literatur yang bisa digunakan untuk mendefinisikan well-being sebagai kepuasan hidup. Mengenai pengertian PWB,

didefinisikan secara berbeda oleh beberapa ahli. Adapun pengertian kesejahteraan psikologis yang banyak diketahui selama ini ada dua definisi.[5]

Pendapat pertama, Bradburn menerjemahkan kesejahteraan psikologis berdasarkan pada buku karangan Aristoteles berjudul "*Nicomachean Ethics*" menjadi *Happiness* (kebahagiaan). Kebahagiaan berdasarkan pendapat Bradburn berarti adanya keseimbangan afek positif dan negatif. Namun pendapat ini ditentang oleh Waterman merujuk buku yang sama dengan yang digunakan Bradburn dengan menerjemahkannya menjadi usaha individu untuk memberikan arti dan arah dalam kehidupannya. Pendapat kedua berkaitan dengan pengukuran kesejahteraan sosial pada masa usia lanjut. Neugarten, Havigurst dan Tobin setelah membuat alat ukur untuk membedakan individu lanjut usia yang termasuk *successful aging* dan yang tidak, yang menerjemahkan kesejahteraan psikologis sebagai kepuasan hidup.

[5]Hamburger, *Technology and psychological well-being* (New York: Cambridge University. Ismayadi, 2009), hal. 89

Adanya perbedaan pendapat itu bukannya memperkuat teori ini tetapi malah justru menunjukkan kelemahan teori ini karena landasan teorinya dianggap kurang memadai, sehingga Ryff berusaha mengadakan evaluasi terhadap studi mengenai kesejahteraan psikologis. Ryff juga meneliti masalah kesejahteraan psikologis. Konsep Ryff berawal dari adanya keyakinan bahwa kesehatan yang positif tidak sekedar tidak adanya penyakit fisik saja. Kesejahteraan psikologis terdiri dari adanya kebutuhan untuk merasa baik secara psikologis. Selain itu, menurut Ryff, PWB merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif (*Positive Psychological Functioning*).[6] Menurut Ryff, pada tingkat yang lebih luas, ada ketertarikan yang meningkat pada studi tentang PWB yang muncul sejak pengenalannya dalam dunia keilmuan psikologi. Sejak awal kemunculannya, psikologi dikenal lebih memusatkan perhatiannya pada individu yang tidak bahagia dan dianggap "sakit" daripada meneliti tentang penyebab dan

---

[6]Desmita, *Psikologi Perkembangan* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya Offset, 2006), hal. 12

konsekuensinya terhadap fungsi-fungsi positif yang dimiliki individu.

Ryff mendefinisikan PWB sebagai hasil evaluasi atau penilaian seseorang terhadap dirinya yang merupakan evaluasi atas pengalamanpengalaman hidupnya. Evaluasi terhadap pengalaman akan dapat menyebabkan seseorang menjadi pasrah terhadap keadaan yang membuat kesejahateraan psikologisnya menjadi rendah atau berusaha untuk memperbaiki keadaan hidupnya agar kesejahteraan psikologisnya meningkat.[7]

C. Enam Dimensi dari Kesejahteraan Psikologis

Dimensi kesejahteraan psikologis yang dikemukakan Ryff mengacu pada teori *positive functioning* (Maslow, Rogers, Jung dan Allport), teori perkembangan (Erikson, Buhler, dan Neugarten), dan teori kesehatan mental (Jahoda). Ryff menyusun enam dimensi kesejahteraan psikologis sebagaimana berikut:[8]

---

[7]D. Carol Ryff, *"Happiness is Everything, or is it? Exploration on the Meaning of Psychological Well-Being"* (Journal of Pesonality Social Psychology, 1989), hal. 56

[8]Ibid, hal. 32

1. Dimensi Penerimaan Diri

   Penerimaan diri didefinisikan sebagai ciri-ciri utama dari kesehatan mental yang juga menjadi karakteristik dari aktualisasi diri yang baik, menuju kepada kematangan individu dan pemfungsian diri yang optimal. Seseorang yang PWB-nya tinggi memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek positif dan negative dalam dirinya, dan perasaan positif tentang kehidupan masa lalu. Sementara orang yang PWB-nya rendah adalah individu yang memiliki penerimaan diri yang buruk, yaitu merasa tidak puas dengan dirinya.

   Merasa kecewa terhadap kehidupan yang telah dijalani, mengalami kesukaran karena sejumlah kualitas pribadi dan ingin menjadi orang yang berbeda dari dirinya saat ini. Dalam Islam, konsep penerimaan diri sebenarnya sudah menjadi bagian ajaran Islam yang dikenal dengan istilah Qona'ah. Allah berfirman:

   "*Jikalau mereka sungguh-sungguh ridha dengan apa yang diberikan Allah dan RasulNya*

kepada mereka, dan berkata: "Cukuplah Allah bagi kami, Allah akan memberikan sebagian dari karunia-Nya dan demikian (pula) Rasul-Nya, Sesungguhnya kami adalah orang-orang yang berharap kepada Allah," (tentulah yang demikian itu lebih baik bagi mereka)." (QS. At-Taubah: 59).

Ayat ini menerangkan tentang bagaimana Islam menganjurkan umatnya untuk tidak cepat berputus asa dan percaya sepenuhnya dengan kuasa Allah SWT. Dengan tidak berputus asa menuntun manusia untuk senantiasa menerima keadaan dirinya dengan lapang dada, dan percaya bahwa Allah SWT akan memberikan karuniaNya dengan jalan lain.

Bisa disimpulkan bahwa penerimaan diri seseorang bisa dilihat dari bagaimana individu memandang keadaan dirinya secara positif serta bias menerima keadaan masa lalunya secara bijak tanpa harus menyalahkan diri sendiri maupun menjadikan orang lain sebagai kambing hitam atas permasalahannya.

2. Dimensi Hubungan Positif dengan Orang Lain

   Yaitu kemampuan dalam mengadakan hubungan interpersonal yang hangat dan saling mempercayai dengan orang lain. Kemampuan untuk mencintai dipandang sebagai komponen utama kesehatan mental. Psychological well-being seseorang itu dianggap tinggi jika mampu bersikap hangat dan percaya dalam berhubungan dengan orang lain, memiliki empati, afeksi, dan keintiman yang kuat, memahami pemberian dan penerimaan dalam suatu hubungan.

   Banyak teori yang menekankan tentang pentingnya kehangatan, serta hubungan interpersonal yang dilandasi dengan kepercayaan. Kemampuan untuk mencintai dipandang sebagai komponen utama dari kesehatan mental. Kemampuan yang baik dalam dimensi ini juga mempunyai manfaat dan pengaruh yang sangat positif bagi kondisi kejiwaan individu,yang dapat menghilangkan kejenuhan, kepenatan, kesepian, dan akan dapat

mengurangi ketegangan jiwa dan emosi individu. Hubungan interpersonal erat hubungannya dengan komunikasi, dan cara untuk berkomunikasi salah satunya menggunakan lisan. Oleh karena itu Islam menganjurkan umatnya agar senantiasa menjaga lisan untuk mencegah dari hal-hal yang tidak diinginkan. Sebagaimana firman Allah:

"Dan Katakanlah kepada hamha-hamba-Ku: Hendaklah mereka mengucapkan perkataan yang lebih baik (benar). Sesungguhnya syaitan itu menimbulkan perselisihan di antara mereka. Sesungguhnya syaitan itu adalah musuh yang nyata bagi manusia." (QS. Al-Israa': 53)

Ayat di atas menerangkan untuk senantiasa menjaga lisan dengan sebaik-baiknya dan berusaha untuk berkata yang baik dan benar karena syaitan adalah musuh nyata bagi manusia dan suka menimbulkan perselisihan. Hal ini dimaksudkan untuk menjaga hubungan baik diantara tiap individu. Kesimpulannya

individu yang memiliki hubungan yang positif dengan orang lain adalah individu yang bisa membuka diri dengan lingkungannya dan memiliki keinginan untuk berbagi kasih sayang dan kepercayaan dengan orang lain.[9]

3. Dimensi Otonomi (Kemandirian):

   Yaitu kemampuan individu dalam mengambil keputusan sendiri dan mandiri, mampu melawan tekanan sosial untuk berfikir dan bersikap dengan cara yang benar, berperilaku sesuai dengan standar nilai individu itu sendiri, dan mengevaluasi diri sendiri dengan standar personal. Individu yang memperhatikan pengharapan dan evaluasi orang lain, bergantung pada penilaian orang lain dalam mengambil keputusan, menyesuaikan diri terhadap tekanan sosial dalam berfikir dan bertingkah laku maka bisa dinilai sebagai individu yang tidak otonom.

---

[9]U. Najati, *Al'Quran dan Ilmu Jiwa* (Jakarta: Aras Pustaka, 2005), hal. 15

Kemandirian dalam Islam juga merupakan hal yang selalu dianjurkan khususnya bagi para orangtua dalam mendidik anak mereka agar menjadi orang yang tidak selalu meminta bantuan orang lain dan memenuhi kebutuhannya dengan usahanya sendiri. “Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.”(QS. Al-Imran: 139)

Kesimpulannya individu yang otonom adalah individu yang senantiasa mempercayai kemampuan dirinya dalam menghadapi lingkungan termasuk bila ada situasi yang dianggap dapat mengancam dirinya serta memiliki ketrampilan yang baik dalam mengambil keputusan atas suatu permasalahan.

4. Dimensi Penguasaan Lingkungan:

   Yaitu kemampuan dan berkompetensi mengontrol lingkungan, menyusun kontrol yang kompleks terhadap aktivitas eksternal,

menggunakan secara efektif kesempatan dalam lingkungan, mampu memilih dan menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai individu itu sendiri.

Penguasaan lingkungan adalah kemampuan individu untuk memilih atau mengubah lingkungan sehingga sesuai dengan kebutuhannya. Manusia diciptakan oleh Allah sebagai khalifah di muka bumi ini, tujuannya adalah agar manusia senantiasa berperan aktif sebagai pengendali dari lingkungannya sebelum dan bukan dikendalikan pihak lain. Allah berfirman:

"Dan dia lah yang menjadikan kamu penguasa-penguasa di bumi dan dia meninggikan sebahagian kamu atas sebahagian (yang lain) beberapa derajat, untuk mengujimu tentang apa yang diberikan-Nya kepadamu. Sesungguhnya Tuhanmu amat cepat siksaan-Nya dan Sesungguhnya dia Maha Pengampun lagi Maha Penyayang." (QS: Al- An'am: 165).

Kesimpulannya individu yang bisa menguasai lingkungan adalah yang mampu memahami keadaan lingkungannya dan berusaha untuk dapat mengatur situasi sekitarnya sesuai dengan apa yang sedang dibutuhkannya, dan berusaha agar kehidupannya tidak dikuasai secara dominan oleh orang lain.[10]

5. Dimensi Tujuan Hidup:

   Kesehatan mental didefinisikan mencakup kepercayaan kepercayaan yang memberikan individu suatu perasaan bahwa hidup ini memiliki tujuan dan makna. Individu yang berfungsi secara positif memiliki tujuan, misi, dan arah yang membuatnya merasa hidup ini memiliki makna.

   Dimensi tujuan hidup meliputi keyakinan-keyakinan yang memberikan perasaan bahwa terdapat tujuan dan makna didalam hidupnya, baik masa lalu maupun yang sedang dijalaninya kini. Allah berfirman:

---

[10]U. Najati, *Al-Quran dan Ilmu Jiwa* (Jakarta: Aras Pustaka, 2005), hal.32

"Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka mengabdi kepada-Ku." (QS. Adz-Dzariyaat: 56).

Individu yang mengetahui tujuan dan makna hidup tentunya akan menjalankan apa yang menjadi kewajibannya, sebagaimana Allah menciptakan manusia agar senantiasa mengabdi pada-Nya. Pengabdian kepadaNya dapat dilakukan dalam berbagai bentuk, salah satunya menikah yang merupakan bagian dari menyempurnakan sebagian dari agamanya. Kesimpulannya individu dalam menjalani hidupnya hendaknya senantiasa memiliki tujuan hidup yang harus ditempuhnya untuk mencapai suatu harapan yang didambakan, sehingga dengan begitu individu dapat merasakan makna hidup yang dijalaninya yang bisa membuatnya untuk bisa lebih menghargai diri sendiri secara proporsional.

6. Dimensi Pengembangan Pribadi:

   Merupakan perasaan mampu dalam melalui tahap-tahap perkembangan, terbuka pada

pengalaman baru, menyadari potensi yang ada dalam dirinya, melakukan perbaikan dalam hidupnya setiap waktu. Dimensi ini meliputi kemampuan untuk bertumbuh dan mengembangkan potensi dirinya secara berkesinambungan. Manusia diciptakan oleh Allah berbeda dengan hewan dengan tujuan agar manusia bisa menggunakan kelebihannya untuk membuat hidupnya lebih bermutu karena manusia adalah sebaik-baiknya makhluk yang diciptakanNya. Sebagaimana firman Allah:

"Sesungguhnya kami Telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya." (QS. At-Tin: 4)

Ayat ini menerangkan bahwasanya manusia diciptakan oleh Allah dengan sebaik-baiknya. Manusia diciptakan lebih baik dibandingkan makhluk lainnya, diberikan akal untuk berfikir dan menyadari kemampuannya demi mengembangkan potensi-potensi yang sudah dikaruniakan Allah SWT pada diri masing-masing. Kesimpulannya adalah individu

menyadari kemampuannya dalam merencanakan dan melakukan berbagai kegiatan yang dapat membantunya untuk mengembangkan diri, belajar dari kesalahannya untuk melakukan perbaikan yang positif secara kontinyu.

D. Konsep Religiusitas

Pengertian religiusitas adalah satu sistem yang kompleks dari kepercayaan keyakinan dan sikap-sikap dan upacara-upacara yang menghubungkan individu dengan satu keberadaan atau kepada sesuatu yang bersifat ketuhanan. Religiusitas adalah suatu kesatuan unsur-unsur yang komprehensif, yang menjadikan seseorang disebut sebagai orang beragama (being religious), dan bukan sekadar mengaku mempunyai agama (having religion). Religiusitas meliputi pengetahuan agama, keyakinan agama, pengamalan ritual agama, pengalaman agama, perilaku (moralitas) agama, dan sikap sosial keagamaan. Dalam Islam, religiusitas pada garis besarnya tercermin

dalam pengamalan akidah, syariah, dan akhlak, atau dengan ungkapan lain: iman, Islam, dan ihsan. Bila semua unsur itu telah dimiliki oleh seseorang, maka dia itulah insan beragama yang sesungguhnya. Di dalam buku ilmu jiwa agama, Dradjat mengemukakan istilah kesadaran agama (*religious consciousness*) dan pengalaman agama (*religious experience*). Kesadaran agama merupakan segi agama yang terasa dalam pikiran dan dapat diuji melalui introspeksi, atau dapat dikatakan sebagai aspek mental dari aktivitas agama. Pengalaman agama adalah unsur perasaan dalam kesadaran agama, yaitu perasaan yang membawa kepada keyakinan yang dihasilkan oleh tindakan.[11]

Apapun istilah yang digunakan oleh para ahli untuk menyebut aspek religius di dalam diri manusia, menunjuk kepada suatu fakta bahwa kegiatan kegiatan religius itu memang tidak bisa dipisahkan dari kehidupan manusia. didalamnya terdapat berbagai hal menyangkut moral atau akhlak, serta keimanan dan ketaqwaan seseorang.[12]

---

[11]Jalaluddin, *Psikologi Agama* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2005), hal. 15

[12]G. S. Spinks, *Psychology and Religion* (London: Methuen and Company Ltd, 1963), hal. 11

E. Fungsi Agama (Religius) Bagi Manusia

Menurut Hendropuspito fungsi agama bagi manusia meliputi beberapa hal diantaranya adalah:

1. Fungsi edukatif

   Manusia mempercayakan fungsi edukatif pada agama yang mencakup tugas mengajar dan membimbing. Keberhasilan pendidikan terletak pada pendayagunaan nilai-nilai rohani yang merupakan pokok-pokok kepecayaan agama. Nilai yang diresapkan antara lain: makna dan tujuan hidup, hati nurani, rasa tanggung jawab kepada Tuhan.

2. Fungsi penyelamatan

   Agama dengan segala ajarannya memberikan jaminan kepada manusia keselamatan di dunia dan akhirat.

3. Fungsi pengawasan sosial

   Agama ikut bertanggung jawab terhadap norma-norma sosial sehingga agama menyeleksi kaidah-kaidah sosial yang ada,

mengukuhkan yang baik dan menolak kaidah yang buruk agar selanjutnya ditinggalkan dan dianggap sebagai larangan. Agama juga memberi sanksi-sanksi yang harus dijatuhkan kepada orang yang melanggar larangan dan mengadakan pengawasan yang ketat atas pelaksanaannya.

4. Fungsi memupuk persaudaraan
   Persamaan keyakinan merupakan salah satu persamaan yang bias memupuk rasa persaudaraan yang kuat. Manusia dalam persaudaraan bukan hanya melibatkan sebagian dari dirinya saja, melainkan seluruh pribadinya juga dilibatkan dalam suatu keintiman yang terdalam dengan sesuatu yang tertinggi yang dipercaya bersama.
5. Fungsi transformatif
   Agama mampu melakukan perubahan terhadap bentuk kehidupan masyarakat lama ke dalam bentuk kehidupan baru. Hal ini dapat berarti pula menggantikan nilai-nilai lama dengan

menanamkan nilai-nilai baru. Transformasi ini dilakukan pada nilai-nilai adat yang kurang manusiawi. Sebagai contoh kaum qurais pada jaman Nabi Muhammad yang memiliki kebiasaan jahiliyah karena kedatangan. Islam sebagai agama yang menanamkan nilai-nilai baru sehingga nilai-nilai lama yang tidak manusiawi dihilangkan. Disini dapat kita lihat bawasanya agama merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan dengan pendidikan (edukatif). Karena secara tidak langsung semua apa yang kita lakukan itu melalui proses belajar dan keyakinan serta kepercayaan terhadap tuhan itu sangat diperlukan untuk memberikan ketenangan dalam diri, karena tidak dipungkiri setiap manusia memerlukan perlindungan. Dan setiap insan yang hidup di muka bumi ini bertanggung jawab kelak di akhirat. Karena kehidupan ini tidak berhenti hanya di dunia saja, setiap perilaku kita diawasi dan di nilai sehingga kita bisa mengatakan amal perbuatan baik dan buruk.

F. Dimensi-dimensi religiusitas

Menurut Glock dan Stark dalam bukunya Djamaludin Ancok menyebutkan ada lima macam dimensi keberagamaan, yaitu:[13]

1. Dimensi keyakinan (ideologis)
2. Dimensi praktik agama (ritualistik)
3. Dimensi penghayatan (eksperiensial)
4. Dimensi pengetahuan agama (intelektual)
5. Dimensi pengalaman dan konsekwensi12

Adapun keterangan dari dimensi-dimensi yang disebutkan oleh Glock dan Strark adalah sebagai berikut:

1. Dimensi keyakinan

   Dimensi ini berisi pengharapan-pengharapan dimana orang religius berpegang teguh pada pandangan teologis tertentu dan mengakui kebenaran doktrin-doktrin tersebut.
2. Dimensi praktik agama

[13]Jalaluddin, *Psikologi Agama* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2005), hal. 24

Dimensi ini mencakup perilakuan pemujaan, ketaatan dan hal-hal yang dilakukan orang untuk menunjukkan komitmen terhadap agama yang dianutnya. Praktik-praktik keagaman ini terdiri atas dua kelas penting yaitu: Ritual, mengacu kepada seperangkat ritus, tindakan keagamaan formal dan praktek-praktek suci yang semua mengharapkan para pemeluk melaksanakan. Ketaatan dan ritual bagaikan ikan dengan air, meski ada perbedaan penting.

3. Dimensi penghayatan

   Dimensi ini berisi dan memperhatikan fakta bahwa semua agama mengandung penggharapan-pengharapan tertentu, meski tidak tepat jika dikatakan bahwa seseorang yang beragama dengan baik pada suatu waktu akan mencapai pengetahuan subjek dan langsung mengenai kenyataan terakhir (kenyataan terakhir bahwa ia akan mencapai suatu kontak dengan kekuatan supernatural).

4. Dimensi pengetahuan agama,

Dimensi ini mengacu kepada harapanbahwa orang-orang yang beragama paling tidak memiliki sejumlah minimal pengetahuan mengenai dasar-dasar keyakinan, ritus-ritus, kitab suci dan tradisi-tradisi.

5. Dimensi pengalaman dan konsekwensi, konsekwensi komitmen agama berlainan dari keempat dimensi yang sudah dibicarakan diatas.

   Dimensi ini mengacu pada identifikasi akibat-akibat keyakinan keagamaan, praktik, pengalaman, dan pengetahuan seseorang dari hari ke hari. Berdasarkan aspek-aspek yang terdapat pada Glock dan Strark, maka skala yang digunakan untuk mengukur religiusitas berdasarkan teori Glock dan Strark, yaitu Dimensi keyakinan, dimensi praktik agama ritual, dimensi penghayatan, dimensi pengetahuan agama, dimensi pengalaman dan konsekwensi. Tiga aspek diataranya sudah terdapat pada skala religiusitas yang dibuat oleh Dadang hawari, yaitu dimensi iman, dimensi

islam, dan dimensi pengalaman. Sedangkan dua dintaranya belum terdapat di teori Dadang hawari diantaranya dimensi penghayatan dan dimensi pengetahuan agama. Oleh karena itu peneliti menggunakan teori dari Glock dan Strark, karena teorinya lebih lengkap untuk mengungkapkan religiusitas pada penelitian.[14]

Sedangkan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Lincon 70% remaja di Amerika secara pontensial maupun aktual adalah religius, namun Dadang hawari dalam Dimensi religi dalam praktik psikiatri dan psikologi. ternyata mereka sangat tidak peduli tentang pandangan religius. Hal yang lebih bisa dipastikan adalah ketidakpedulian siswa terhadap doktrin-doktrin yang menerangkan tentang ajaran agama, sedangkan 30% siswa menyatakan bahwa mereka merasakan adanya kebutuhan terhadap orientasi religius, dan menemukan bahwa selama ini mereka dibesarkan tidak bisa memuaskan kebutuhan religius mereka. Selain itu juga menurut Clinebell dalam

[14]Jalaluddin, *Psikologi Agama* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2005), hal. 11

bukunya Dadang hawari menyebutkan ada beberapa aspek yang harus diketahui dalam perkembangan remaja dengan pribadi yang sehat baik jasmani maupun rohani dengan mempunyai empat dimensi holistik, yaitu: agama, organ-biologik, psikoedukatif, dan social.[15]

1. Agama / spiritual yang merupakan fitrah manusia, merupakan kebutuhan dasar (*basic spiritual needs*), mengandung nilai-nilai moral, etika dan hukum atau dengan kata lain seseorang yang taat padahukum, berarti ia bermoral dan beretika, sehingga dapat dikatkan seseorang yang bermoral dan beretika berarti ia beragama.
2. Organ-biologik, mengandung arti fisik (tubuh jasmani) termasuk susunan syaraf (otak), yang perkembangnya memerlukan makanan yang gergizi, bebas dari penyakit mulai dari bayi, remaja, dewasa dan lanjut usia.
3. Psiko-edukatif, adalah pendidikan yang diberikan oleh orang tua (ayah dan ibu)

[15]F.R. Poloutzian, *Psychology of Religion* (Needham Heights, Massachusetts: A Simon & Schuster Comp, 1996), hal. 145

termasuk pendidikan agama. Orang tua merupakan tokoh imitasi dan identifikasi anak terhadap orang tuanya. Perkembangan berhenti hingga usia 18 tahun.

4. Sosial budaya, selain dimensi psiko-edukatif diatas kepribadian seseorang juga dipengaruhi oleh kultur budaya dari lingkungan social yang bersangkutan dibesarkan.

Dari hasil pemaparan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa religiusitas adalah suatu sistem yang kompleks dari kepercayaan sikap-sikap dan upacara-upacara yang menghubungkan individu dengan satu keberadaan atau makhluk yang bersifat ketuhanan, terdapat lima dimensi yang tidak dapat terpisahkan dan sudah merupakan kumpulan dari beberapa dimensi yang telah dijelaskan diatas yang merujuk pada Glock dan Stark, kelima dimensi religiusitas yaitu dimensi diantaranya dimensi keyakinan (ideologis), dimensi praktik agama (ritualistik), dimensi penghayatan (eksperiensial), dimensi pengetahuan agama (intelektual), dimensi pengalaman dan konsekwensi. Kelima dimensi

tersebut adalah merupakan aspek-aspek yang tidak bisa dipisahkan-pisahkan, karena hal tersebut merupakan satu kesatuan dalam religiusitas seseorang.[16]

G. Religiusitas Dengan *Psychological Well Being* Pada Individu

Psychological well being merupakan suatu konsep yang berkaitan dengan apa yang dirasakan individu mengenai aktivitas dalam kehidupannya sehari-hari. *Psychological well being* merupakan konstruksi dasar yang menyampaikan informasi tentang bagaimana individu mengevaluasi diri mereka sendiri dan kualitas serta pengalaman hidup mereka. Evaluasi terhadap pengalaman akan membuat seseorang menjadi pasrah terhadap keadaan dan membuat *psychological well being*-nya rendah atau berusaha memperbaiki hidupnya yang akan membuat *psychological well being*-nya meningkat. Itu berarti tinggi rendahnya *psychological well being* individu, tergantung dari bagaimana individu itu sendiri

[16]Baharuddin dan Mulyono, *Psikologi Agama dalam Perspektif Islam* (Malang: UIN Malang Press, 2008), hal. 35

secara efektif dapat mengatur sumber-sumber sekitarnya baik internal maupun eksternal dalam memaksimalkan tingkat fungsional mereka.[17]

Psychological well being yang tinggi akan memiliki sikap positif, menerima segala aspek dalam diri, termasuk kualitas baik dan buruknya, memandang masa lalu dengan positif, ingin terus berkembang, terbuka terhadap pengalaman baru, memiliki tujuan dan arahan dalam hidup, merasa hidup ini berarti, memegang kuat keyakinan, berkompetensi dengan lingkungan, menggunakan peluang secara efektif, tidak tergantung kepada orang lain, maupun menahan tekanan sosial dan mengatur perilaku berdasarkan penilaian pribadi, bersikap hangat, memiliki hubungan yang memuaskan dan percaya kepada orang lain, peduli terhadap kesejahteraan orang lain, memiliki empati.[18]

---

[17]Rick Harrington & A. Loffredo Donald, *Private Self-Consciousness Factors and Psychological Well-Being. Journal of Psychiatry, Psychology and Mental Health.* 2007, Volume 1, issue 1, hal. 56

[18]D. Carol Ryff, *"Happiness is Everything, or is it? Exploration on the Meaning of Psychological Well-Being"* (Journal of Pesonality Social Psychology, 1989), hal. 89

Sedangkan pada individu dengan *psychological well being* yang rendah tidak puas dengan diri sendiri dan dengan apa yang terjadi dalam kehidupan masa lalu, mengkhawatirkan kualitas pribadi dan ingin mengubahnya, memiliki rasa stagnasi pribadi, merasa bosan dan kurang berminat dalam menjalani hidup. Merasa hidup mereka tidak ada artinya dan tidak memiliki tujuan hidup, kesulitan dalam mengelola urusan sehari-hari, bergantung pada penilaian orang lain sebelum membuat keputusan penting, pemikiran dan tindakan mereka dipengaruhi oleh tekanan sosial. kurang memiliki hubungan erat dan kurang percaya dengan orang lain, merasa sulit untuk menjadi hangat dan terbuka, merasa frustasi dan terisolasi dengan hubungan sosial.

Menurut Santrock, ada beberapa hal yang perlu dilakukan untuk membantu mereka mencapai *psychological well being*, yaitu mencakup memiliki pendapatan, kesehatan yang baik, gaya hidup aktif, dan mempunyai jaringan teman dan keluarga yang baik. Itu berarti individu yang memiliki gaya hidup aktif akan memiliki *psychological well being* yang lebih baik dibandingkan dengan individu yang hanya diam di rumah

dan menyendiri. Hurlock juga menyebutkan bahwa *psychological well being* pada individu tergantung dipenuhi atau tidaknya "tiga A" Kebahagiaan, yaitu *acceptance* (penerimaan), *affection* (kasih sayang), dan *achievement* (pencapaian).

Jadi, apabila individu tidak dapat memenuhi "tiga A" tersebut maka akan sulit baginya untuk dapat mencapai kebahagiaan. Glock dan Stark mendefinisikan religiusitas sebagai sistem simbol, sistem keyakinan, sistem nilai dan sistem perilaku yang terlambangkan dimana semuanya itu berpusat pada persoalan-persoalan yang dihayati sebagai yang paling maknawi.[19] Religiusitas dimaksudkan sebagai pembuka jalan agar kehidupan orang yang beragama menjadi semakin intens. Makna religiusitas didefinisikan sebagai sejauh mana seseorang percaya, memandang hal - hal yang terjadi sehari-hari berdasarkan sudut pandang agama dan menerapkan keyakinan agamanya pada kehidupan sehari-hari.

---

[19]Howard. S. Friedman dan W. Schustack Miriam, *Kepribadian Teori Klasik dan Riset Modern* (Jakarta: Erlangga, 2006), hal. 34

Orang yang religius akan mencoba selalu patuh terhadap ajaran agamanya, berusaha mempelajari pengetahuan tentang agamanya, menjalankan ritual agamanya, meyakini dokrin-dokrin agamanya dan merasakan pengalaman beragama. Menurut Ross menyatakan bahwa individu dengan kepercayaan religius yang kuat secara signifikan rendah pada distress.[20] Penghayatan agama yang baik membuat individu lebih menerima semua proses penurunan kondisi fisiknya, bahkan sering diikuti dengan berbagai penyakit yang kronis sebagai hal-hal yang biasa-biasa saja, suatu hal yang memang harus terjadi dan dengan lapang dada. Tidak ada penyesalan, tidak ada kekecewaan atau perasaan tidak adil maupun marah. Sedangkan Orang-orang dengan religiusitas yang rendah adalah mereka yang tidak memandang segala sesuatu dengan positif (*su'u dzon*), kurang sabar dalam mengatasi kesulitan hidup, kurang ikhlas dalam menerima segala sesuatu dan kurang mentaati norma agama serta tidak menerapkannya dalam keseharian. Religiusitas juga mempunyai peran suportif

---

[20]E Durkheim, *The Elementary Forms of Religious Life* (New York: Free Press, 1965), hal. 90

pada individu khususnya dalam hal mengurangi gejala afektif yang negatif dan merupakan cara yang paling efektif untuk mengatasi kesulitan hidup pada seseorang.

Seperti yang telah dibuktikan pada penelitian Koenig, Smiley dan Gonzales yang menyatakan bahwa praktisi religius dan perasaan religious berhubungan dengan sense of well being.[21] Penelitian yang dilakukan oleh Koenig, Goerge dan Segler menunjukkan adanya hubungan positif antara agama dan keadaan psikologis individu, yaitu menunjukkan bahwa strategi menghadapi masalah yang tersering dilakukan oleh 100 responden terhadap peristiwa yang paling menimbulkan stres adalah berhubungan dengan agama dan kegiatan religius. Salah satu yang mempengaruhi *psychological well being* seseorang adalah tingkat menjalankan ritual agama seseorang, yang dapat dilihat dari kualitas dan kuantitas atau disebut denga religiusitas. Hal ini berdasarkan hasil penelitian Hepworth, Kilpatrick dan Trew yang menunjukkan hubungan yang konsisten antara

[21]Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Erlangga, 1980), hal. 56

psychological well being dengan menjalankan ritual pada masyarakatpemeluk agama Islam di negara Inggris. Semakin baik ritual maka semakin baik pula *psychological well being* yang dirasakan. Tidak hanya sekedar menjalankan ritual, namun yang lebih penting adalah nilai tujuan seseorang yang ingin dicapai dengan menjalankan ritual tersebut. Penelitian lain juga membuktikan bahwa komitmen religius mempunyai hubungan dengan salah satu dimensi *psychological well being* yaitu hubungan positif dengan orang lain. Semakin baik komitmen religious seseorang maka semakin baik pula tingkat hubungan dengan lingkungannya kerena dengan berbagai aktivitas keagamaan maka dapat meningkatkan rasa solidaritas kelompok dan memperkuat ikatan kekeluargaan.[22]

---

[22]W. John Santrock, *Life Span Development; Perkembangan Masa Hidup, Jilid II,* terj. Achmad Chusairi dan Juda Damanik, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 1995), hal. 89

H. Pembahasan

Tulisan ini bertujuan untuk menguji apakah ada atau tidaknya hubungan antara religiusitas dengan *psychological well being* pada individu. Analisis menunjukan bahwa hipotesis yang telah dirumuskan diterima, yang artinya terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara religiusitas dengan *psychological well being*. Hasil dari penelitian ini sejalan dengan beberapa teori yang mengatakan bahwa ada keterkaitan antara religiusitas dengan *psychological well being*. Salah satunya teori dari Ellison yang menjelaskan adanya korelasi antara religiusitas dengan *psychological well being*, dimana pada individu dengan religiusitas yang kuat, lebih tinggi tingkat *psychological well being*-nya dan semakin sedikit dampak negatif yang dirasakan dari peristiwa traumatik dalam hidup.

Penelitian ini juga menguatkan hasil penelitian sebelumnya dari Lovi nger dan Spero yang menyatakan bahwa komitmen religious mempunyai hubungan dengan salah satu dimensi *psychological well being* yaitu hubungan positif dengan orang lain. Semakin baik

komitmen religius seseorang maka semakin baik pula tingkat hubungan dengan lingkungannya kerena dengan berbagai aktivitas keagamaan maka dapat meningkatkan rasa solidaritas kelompok dan memperkuat ikatan kekeluargaan.[23]

Hasil penelitian ini juga mendukung hasil penelitian Ellison yang menyatakan bahwa agama mampu meningkatkan *psychological well-being* dalam diri seseorang. Penelitian Ellison, menunjukkan bahwa individu yang memiliki kepercayaan terhadap agama yang kuat, dilaporkan memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi, kebahagiaan personal yang lebih tinggi, serta mengalami dampak negatif peristiwa traumatis yang lebih rendah jika dibandingkan individu yang tidak memiliki kepercayaan terhadap agama yang kuat. Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Freidman dkk, melaporkan bahwa religiusitas sangat membantu individu ketika mereka harus mengatasi peristiwa yang tidak menyenangkan. Dalam penelitian ini, bencana alam

---

[23]Repstad & I. Furseth *Anintroduction to the sociology of religion classical and contemporary perspectives* (Burlington: Ashgate Publishing Company, 2006), hal. 35

seperti gempa bumi menimbulkan goncangan mental yang hebat dan trauma pada diri korban gempa bumi. Perasaan kehilangan anggota keluarga dan harta benda dalam waktu yang sekejap membuat individu mengalami perasaan sedih yang mendalam.

Keadaan ini merupakan beban psikologis tersendiri bagi individu. Namun demikian dengan adanya pengaruh dari religiusitas yang mereka miliki, para korban gempa dalam penelitian ini masih mampu bertahan di tengahtengah kondisi yang serba terbatas untuk kemudian bangkit kembali menata masa depannya. Pada masa krisis seperti itu, agama memiliki peran yang besar bagi individu sebagai strategi coping. Sesuai dengan pendapat Argyle, yang menyebutkan bahwa religiusitas membantu individu mempertahankan kesehatan psikologis individu pada saat-saat sulit. Religiusitas juga sangat membantu individu ketika mereka harus mengatasi peristiwa yang tidak menyenangkan.[24] Dalam hal ini, agama mampu menyediakan sumbersumber untuk

---

[24]S Risnawita & M.N. Ghufron, *Teori-teori psikologi* (Yogyakarta: Arruzz media, 2011), hal. 99

menjelaskan dan menyelesaikan situasi problematik, meningkatkan perasaan berdaya dan mampu (efikasi) pada diri seseorang, serta menjadi landasan perasaan bermakna, memiliki arah, dan identitas personal, serta secara potensial menanamkan peristiwa asing yang berarti.[25]

I. Kesimpulan

Berdasarkan paparan teori diatas, diketahui terdapat hubungan positif yang sangat signifikantara religiusitas dengan *psychological well being*. Hal ini menunjukanbahwa tinggi rendahnya *psychological well being* dapat dijelaskan dengan tinggi rendahnya religiusitas. Religiusitas dalam penelitian ini adalah internalisasi nilai-nilai agama dalam diri seseorang berkaitan dengan kepercayaan terhadap ajaran-ajaran agama baik di dalam hati maupun dalam ucapan yang kemudian diaktualisasikan dalam perbuatan dan tingkah laku sehari-hari. Sedangkan *Psychological well being* dalam penelitian ini adalah perasaan subjektif dan evaluasi

---

[25]Abdul Mujib, *Kepribadian dalam Psikologi Islam* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2007), hal. 46

seseorang terhadap dirinya atas pengalaman-pengalaman mengenai kenyamanan hidupnya, yang membuat individu menjadi pasrah terhadap keadaan yang tidak menyenangkan dan berusaha untuk memperbaikinya.

Sejalan dengan beberapa teori yang mengatakan bahwa ada keterkaitan antara religiusitas dengan *psychological well being*. Salah satunya teori dari Ellison (dalam Trankle,) yang menjelaskan adanya korelasi antara religiusitas dengan *psychological well being,* dimana pada individu dengan religiusitas yang kuat, lebih tinggi tingkat *psychological well being*nya dan semakin sedikit dampak negatif yang dirasakan dari peristiwa traumatik dalam hidup.[26]

---

[26]Trankle, *2009 Adolsance religiosity and psychological wellbeing*, http://www.charis.wk.edu/publications/charis53/Trankle.pdf. Diakses pada tanggal 1 Juni, 2011

BAGIAN IX
KOHESIVITAS SUAMI ISTRI DALAM MEWUJUDKAN KEHARMONISAN RUMAH TANGGA

Pendahuluan

Kehidupan rumah tangga bagaikan sebuah lautan, badai sesekali datang menghampirinya. Banyak orang sepakat bahwa 'badai pasti berlalu', dalam kenyataannya banyak sekali pasangan suami istri yang terpuruk karena badai rumah tangganya tidak kunjung reda. Pada akhirnya tidak sedikit yang memutuskan untuk melakukan "perceraian" sebagai solusi akhir dalam mengatasi badai rumah tangganya. Banyak ahli filsafat, ilmuwan, sosiologi, psikologi, dan agama menye- tujui bahwa problem terbesar dunia adalah problem komunikasi. Problem ini menjelaskan tentang hubungan antar manusia, yang telah memberikan akibat yang buruk, hingga adanya pertentangan antar negara, peperangan besar antar suku dan dalam lingkup komunikasi keluarga. Banyak masalah rumah tangga tidak dapat teratasi dengan baik manakala

persoalan komunikasi tidak dapat teratasi. Selain komunikasi, tentunya kehidupan ber-agama juga menjadi pertimbangan sebuah keharmonisan rumah tangga (Stinnet dan DeFrain dalam Dadang Hawari, 1997: 804-805).

Kasus perceraian meningkat pesat dari tahun ke tahun. Dengan me-lihat adanya permasalahan terhadap pernikahan masa kini, ada beberapa pertanyaan yang harus dijawab antara lain; Adakah kemungkinan memperbaiki rumah tangga yang sedang dalam proses kehancuran? Bagaimana Anda dapat membentuk keluarga yang bahagia dan lestari? Di zaman komunikasi global ini, ternyata komunikasi keluarga memegang peranan yang amat penting dan me-nentukan kebahagiaan rumah tangga. Nancy L. Van Pelt dalam bukunya: *Compleat Communication* dengan mengutip majalah *Redbook*, yang telah meneliti sebanyak 730 penyuluh pernikahan, menjelaskan bahwa terdapat sepuluh penyebab utama persoalan rumah tangga (Liwidjaja dan Kuntaraf, 1999:6).

Rusaknya komunikasi keluarga; (2) Hilangnya tujuan dan perhatian bersama, 3. Ketidakcocokan dalam seksualitas, (4) Ketidaksetiaan, (5) Hilangnya kegairahan

dan kesenangan dalam hubungan suami istri, (6) Keuangan, (7) Pertentangan masalah anak-anak, (8) Penggunaan alkohol, obat bius, dan yang lainnya, (9) Masalah hak-hak wanita, dan (10) Ipar atau mertua.

Pendapat Liwidjaja dan Kuntaraf diperkuat oleh Elizabeth Douvan, yang mengadakan penelitian tentang problema perkawinan di masyarakat Amerika Serikat. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa 60% faktor-faktor yang mempe- ngaruhinyakegagalanperkawinan antara lain (dalam Mar'at, 2005: 245); (1) Pasangan gagal mempertemukan dan menyesuaikan harapan satu dengan yang lain, (2) Salah satu pasangan mengalami kesulitan menerima perbedaan, (3) Masalah keuangan dan anak, (4) Pembagian tugas dan wewenang yang tidak adil, (5) Kegagalan berkomunikasi, 6. Masing-masing pasangan tumbuh dan berkembang ke arah yang berbeda-beda.

Persoalan keluarga tentu juga sangat terkait dengan komitmen masing-masing individu dalam statusnya sebagai suami atau istri. Banyak sekali pertengkaran dalam rumah tangga yang terselesaikan karena munculnya komitmen terhadap keutuhan rumah tangga mereka. Bagi yang tidak memiliki komitmen atau berkomitmen rendah,

maka perceraian adalah solusi terakhir dalam penyelesaian permasalahan. Data di Rifka Annisa menyatakan bahwa dari 223 kasus rumah tangga, tak sampai sepuluh persen yang berakhir dengan perceraian selama di dalamnya ada komitmen dan keterbukaan (Republika, 2013).

Fitzpatrick dan kawan-kawan me-nyatakan bahwa komunikasi keluarga tidaklah bersifat acak (random) tetapi sangat terpola berdasarkan skema-skema tertentu yang menentukan bagaimana anggota keluarga berkomunikasi antara satu dengan lainnya. Skema-skema ini terdiri atas pengetahuan mengenai: seberapa intim suatu keluarga, derajat individualitas dalam keluarga, dan faktor eksternal keluarga (teman, jarak geografis, pekerjaan). Skema tersebut akhirnya melahirkan empat tipe keluarga yaitu; konsensual (sangat melakukan percakapan dan kepatuhan yang tinggi), pluralis (sangat sering melakukan percakapan namun tingkat kepatuhan rendah), protektif (jarang melakukan percakapan namun tingkat kepatuhan tinggi) dan *laissez-faire* (jarang melakukan percakapan dan tingkat kepatuhan rendah). Dalam kenyataan di lapangan keempat tipe ini sering terwujud dalam kombinasi satu dengan lainnya, sehingga

terjadi skema keluarga yang bervariasi juga (Morrisan, 2002: 161-162).

Banyak sekali kondisi perkawinan yang mewarnai pada sebuah pasangan. Kondisi ideal bagi setiap pasangan tentu saja sebuah perkawinan yang awet. Kata awet disini bukannya tanpa syarat. Setiap hubungan antar pribadi juga mengandung unsur-unsur konflik, pertentangan pendapat atau per-bedaan kepentingan. Johnson dalam bukunya *Interpersonal Effectiveness and Self Actualization* (Supratiknya, 1995: 94-) menyatakan bahwa sesungguhnya apabila konflik mampu dikelola secara konstruktif, konflik justeru dapat mem-berikan manfaat yang positif bagi diri sendiri maupun bagi orang lain. Adapun beberapa manfaat positif konflik antara lain: munculnya kesadaran bahwa ada persoalan yang harus dipecahkan, konflik dapat mendorong untuk melakukan perubahan, dapat menjadikan kehidupan lebih menarik, dapat mendorong ke-putusan yang lebih matang, dapat mempererat dan memperkaya hubungan, sumber hiburan, menyadarkan tentang siapa dan bagaimana diri anggota ke-luarga serta memecahkan persoalan yang selama ini tidak disadari.

Semua faktor yang terkait dengan hubungan harmonis tersebut akan bermuara kepada kohesivitas suami istri dalam menjaga keutuhan rumah tangganya. Sebuah kohesivitas pada dasarnya terkait dengan *sense of belonging* masing-masing pihak, baik suami, istri beserta anak-anak mereka. Tanpa kohesivitas maka konflik rumah tangga bahkan perceraian akan menjadi sebuah dampak yang sangat menyedihkan. Korban dampak ini tidak saja pada pasangan yang bersangkutan, tetapi juga pada psikis anak sebagaimana dipaparkan dalam kasus di atas.

Kelangsungan kehidupan kelompok tidak mungkin dapat terbentuk tanpa adanya partisipasi anggotanya. Partisipasi tersebut dapat berupa partisipasi untuk selalu aktif dalam kelompok sampai kepada loyalitas yang tinggi terhadap kehidupan kelompok. Loyalitas tidak mungkin terbentuk tanpa adanya semangat dalam berorganisasi serta hubungan yang akrab dengan anggota lainnya.

Dinamika sebuah kelompok, salah satunya ditentukan oleh kohesi, yang merupakan sebuah kekuatan yang memberikan semangat pada kelompok. Kelompok dengan kohesi yang tinggi akan terlihat adanya rasa ketertarikan diantara anggotanya, menerima tujuan

kelompok, serta di antara anggota di dalamnya saling membantu dalam pekerjaan kelompok mereka. Kohesi kelompok semakna dengan solidaritas kelompok. Kohesi atau suatu solidaritas kelompok ditandai dengan kekuatan pertalian yang menghubungkan anggota-anggota kelompok sebagai sebuah kesatuan, adanya rasa memiliki, adanya rasa ketertarikan antar anggota kelompok, serta setiap anggota berusaha untuk mencapai tujuan kelompok (Vanden Bos, 2006:192).

Kohesif akan memberikan kekuatan yang besar manakala kelompok berada dalam ancaman dari luar kelompok mereka atau dalam suasana kompetisi. Namun demikian kelompok dengan kohesi yang tinggi bukannya tidak bermasalah. Sebuah kohesi dalam kelompok bisa berarti 2 mata pedang, di satu sisi bisa berefek sangat merugikan di sisi lain bisa berarti sangat membantu organisasi (Greenberg dan Baron, 1995: 283-284). Dengan demikian sebuah kohesivitas memiliki sisi positif dan negatif yang akan berpengaruhterhadap kelangsungan keanggotaan dalam sebuah kelompok.

Dalam organisasi manapun kondisi demikian akan muncul apabila kelompok benar-benar memberikan

kepuasan terhadap anggotanya untuk tinggal dalam kelompok. Dalam istilah agama disebut sebagai *itsar* (mendahulukan orang lain). Dalam militer disebut sebagai *esprit des corpses.* Dalam kajian psikologi komunikasi hal ini disebut dengan kohesi kelompok, yang meliputi semangat kelompok yang tinggi, hubungan interpersonal yang akrab, kesetiakawanan, dan perasaan *in group* yang dalam. Dengan demikian maka kohesi kelompok didefinisikan sebagai kekuatan yang mendorong anggota kelompok untuk tetap tinggal dalam kelompok, dan mencegahnya untuk meninggalkan kelompok (Rahmat, 1999: 164).

Sebuah kelompok yang di dalamnya terdiri atas orang-orang yang mempunyai sikap sama akan cenderung lebih kohesif daripada kelompok yang terdiri atas orang-orang yang tidak memiliki sikap yang sama. Kohesi kelompok juga dipengaruhi oleh pertukaran komunikasi dalam kelompok. Deutsch, menambahkan bahwa perasaan sesama anggota akan diekspresikan dalam kelompok dalam bentuk sebagai suatu respon yang positif. Adapun efek positip dari sebuah kohesivitas akan terlihat dengan meningkatnya produktivitas melalui meningkatnya

motivasi bekerja dalam mencapai tujuan kelompok. Namun demikian dalam kelompok kohesi sangat tidak menoleransi argumentasi atau usulan yang menyimpang dari nilai-nilai kelompok (Dahnke dan Clatterbuck, 1990: 32-33).

Sebuah kohesivitas juga terkait dengan ukuran kelompok dan kepuasan kelompok. Penelitian tentang kohesi dalam kaitannya dengan ukuran ke-lompok antara lain dikemukakan oleh Seachore pada tahun 1954. Penelitian Seachore dilakukan kepada 228 kelompok kerja suatu pabrik, dengan menghasilkan kesimpulan sebagai berikut: *pertama*, ke-lompok yang lebih kecil yang terdiri dari 4-22 orang anggota ternyata rata-rata lebih kohesif daripada kelompok yang lebih besar. *Kedua*, jangkauan kohesivitas kelompok kecil lebih besar daripada kelompok besar. Penelitian lain dilakukan oleh Mann dan Baumgatel pada tahun 1952 yang menyimpulkan beberapa hal: *pertama*, adanya indikasi ketidakpuasan disebabkan oleh kohesivitas kelompok yang rendah. Indikasi ini terlihat adanya ketidakhadiran anggota kelompok yang disengaja. Ketidakhadiran tanpa alasan adalah ciri sebuah kohesivitas yang rendah. Semakin tinggi solidaritas

semakin rendah ketidakhadiran yang disengaja dari anggota kelompok. *Kedua*, kepuasan pada kelompok yang lebih besar ditemukan pada kelompok-kelompok yang kecil. (Danim, 2004: 289).

David dan Hawari (dalam Rahmat, 1999: 164) mengukur kohesi kelompok dengan tiga hal, yaitu; (1) Ketertarikan anggota secara interpersonal satu dengan lainnya, (2) Ketertarikan anggota pada kegiatan dan fungsi kelompok,(3) Sejauhmana anggota tertarik pada kelompok sebagai alat untuk memuaskan kebutuhan personalnya.

Little John (1999 : 288-289) dalam hipotesis berpikir kelompok lebih menyoroti kepada kekompakan dalam kelompok. Menurutnya kekompakan adalah baik karena dapat membantu dalam sinergi efektif dan meminimalkan energi intrinsik. Ada ciri-ciri negatif dalam kekompakan yang dikemukakan Janis dalam teori ini ; (1) Dalam diskusi kelompok terdapat sedikit alternatif, dan tidak banyak melakukan penelusuran pada teori-teori lain dan kreativitas juga sangat sedikit, (2) Posisi yang didukung oleh banyak anggota tidak pernah dikaji ulang. Dengan kata lain tidak kritis meneliti penyimpangan-

penyimpangan dari solusi yang dipilih. (3) Pendapat minoritas dengan cepat diabaikan, (4) Pendapat ahli tidak dicari. Puas dengan dirinya dan mungkin merasa terancam dengan pihak luar, (5) Kekompakan itu sangat selektif dalam mengumpulkan dan memperhatikan informasi yang tersedia. Para anggota cenderung untuk memusatkan hanya pada informasi yang mendukung rencana, (6) Kelompok merasa yakin akan alternatif pilihannya sehingga tidak mempertimbangkan rencana kemungkinan juga tidak meramalkan kemungkinan kegagalan dan tidak mempersiapkan diri untuk gagal.

Menurut Janis, kelompok yang sangat kohesif tergantung pada *groupthink*. Ada tiga kondisi yang mendorong *groupthink* (berpikir kelompok), yaitu kohesivitas tinggi dari kelompok pengambil keputusan, karakteristik structural spesifik dari lingkungan dimana kelompok ini bekerja, dan karakteristik internal dan eksternal yang dapat menimbulkan tekanan dari situasi yang ada. Dalam beberapa kelompok kohesi dapat menuntun pada perasaan positip mengenai pengalaman kelompok dengan anggota kelompok yang lain. Kelompok yang sangat kohesif akan sangat antusias mengenai tugas-

tugas mereka dan anggotanya merasa dimampukan untuk melaksanakan tugas-tugas tambahan.

Singkatnya, kepuasan yang lebih besar diasosikan dengan meningkatnya kohesivitas. Walaupun terdapat keuntungannya, tetapi kelompok yang kohesif juga dapat menghasilkan hal yang mengganggu *groupthink.* Janis berpendapat bahwa kelompok dengan kohesif yang tinggi memberi tekanan yang besar pada anggota kelompoknya untuk menaati standart kelompok. Janis meyakini bahwa ketika kelompok mencapai kohesivitas yang tinggi, *euphoria* ini cenderung mematikan opini dan alternatif yang lain. Anggota kelompok mungkin tidak bersedia untuk mengemukakan keberatan mereka mengenai solusi yang ada. Jadi kohesivitas seringkali menuntun pada ketaatan, dan ketaatan merupakan rute utama menuju groupthink. Kohesivitas secara otomatis menuntun pada *groupthink*, sebaliknya ketika beraada pada ujung tombak pengambilan keputusan, maka Janis berpendapat bahwa kelompok ini rentan terhadap groupthink (West dan Turner, 2008 : 279-280).

Di sisi lain konsep kohesi kelompok juga dirumuskan oleh Slamet Santosa (1992: 75-78) sebagai

berikut, (a) Adanya kesadaran kita diantara anggota kelompok yang lebih kuat, maksudnya adalah bahwa warga lebih sering membicarakan' kita' daripada membicarakan' aku', (b) Diantara anggota kelompok tampak lebih bersahabat dan setia kawan, (c) Anggota kelompok bersedia membela nama baik kelompok dari serangan/ kritikan dari luar, (d) Anggota kelompok bekerjasama untuk mencapai tujuan bersama yang bertanggung jawab atas maju mundurnya kelompok dan bilamana perlu maka anggota bersedia bekerja keras dan menderita untuk kepentingan kelompok.

Di sisi lain, Scrahter berpendapat bahwa kohesi kelompok dapat terbentuk karena; (a) Adanya persoalan yang sangat penting yang harus dipecahkan bersama, yaitu persoalan yang menyangkut ke-lompok secara keseluruhan dan tidak mungkin dipecahkan secara perse-orangan, (b) Adanya sistem ganjaran dan hukuman (*reward dan punishment*), (c) Hal ini berarti apabila ada anggota kelompok yang perilakunya sesuai norma kelompok maka ia akan mendapatkan perlakuan yang berbeda dari anggota kelompok lainnya (*reward*). Apabila ada anggota kelompok yang berperilaku merugikan

kelompok secara keseluruhan, maka ia akan mendapatkan tantangan terutama secara psikologis dari anggota kelompok lainnya.

Penyelidikan dari Whyte dan Lippite tentang kelompok-kelompok yang memiliki suasana otokratis, sua-sana demokratis dan suasana liberal, menyimpulkan bahwa kohesi kelompok akan muncul dalam kelompok yang suasananya demokratis dan tidak pada tipe otokratis dan liberal. Hal ini disebabkan dalam kelompok yang demokratis terdapat rasa solidaritas yang tinggi diantara anggota kelompok.

Roberta A. Baron dan Donn Byrne (2004: 298) mengungkapkan bahwa banyak faktor yang menentukan ketertarikan terhadap orang lain, antara lain kesamaan sikap, keyakinan, nilai, dan minat. Adanya kesamaan dalam keempat hal tersebut, dari satu individu dengan individu lainnya akan menimbulkan ketertarikan, sebab akan meminimalisir konflik yang mungkin muncul karena ketidakcocokan.

Baron dan Byrne (dalam Wirawan, 2009:67-71) mengatakan bahwa daya tarik antar pribadi merupakan penilaian seseorang terhadap sikap orang lain dimana

penilaian tersebut dapat dieks-presikan melalui suatu dimensi dari *strong liking* sampai dengan *strong disliking*. Dengan demikian maka kita menilai orang lain apakah dia cocok menjadi teman kita atau tidak. Adapun ketertarikan ini dipengaruhi oleh tiga hal : faktor internal, eksternal, dan interaksi. Faktor internal meliputi kebutuhan untuk berinteraksi (*need for affiliation*) dan pengaruh perasaan. Faktor eksternal terdiri atas kedekatan dan daya tarik fisik, sedangkan faktor interaksi terdiri atas dua hal yaitu: persamaan-perbedaan (*simmilarity- dissimilarity*) dan *reciprokal liking*.

Baron dan Byrne (2004: 5) juga membahas tentang saling ketergantungan dalam sebuah hubungan. Elemen yang umum dari semua hubungan akrab adalah saling ketergantungan (*interdependence*), yaitu suatu asosiasi interpersonal dimana dua orang secara konsisten mempengaruhi kehidupan satu sama lain, memusatkan pikiran dan emosi mereka terhadap satu sama lain, dan secara teratur terlibat dalam aktivitas bersama sebisa mungkin. Hubungan akrab dengan teman, anggota keluarga dan pasangan hidup meliputi elemen komitmen.

Hubungan ini sering disebut sebagai hubungan dengan ikatan berkualitas dengan orang lain.

DAFTAR PUSTAKA

_________(1975). Marx and simmel revisited: reassessing the foundations of conflict theory. Social forces, 53(4):618-627.

Adhim, M.F. (2009). *Kupinang Engkau Dengan Hamdalah*. Yogyakarta: Mitra Pustaka.

Albuquerque, B. (2015, April 01). *Happiness*. Diambil kembali dari Positive Psychology UK: http://positivepsychology.org.uk

Al-Makassari, A.A.M. (2007). *Problema Anda: Ta'aruf Syar'i, Solusi Pengganti Pacaran*. 15 Oktober 2010 (Versi elektronik).

Alwisol. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press. 2004.

Argyle, M. *The Psychology of Happiness*. 2nd Edition. Sussex: Routledge. 2001.

Baharuddin dan Mulyono. 2008. *"Psikologi Agama dalam Perspektif Islam"*. Malang: UIN Malang Press.

Baron, Roberta A. dan Donn Byrne. *Perilaku Organisasi, Ratna Djuwita*, Jakarta, Erlangga. 2004.

Bastaman, Hanna Djumhana. *Integrasi Psikologi Dengan Islam 2005*. *Menuju Psikologi Islami*. Yogyakarta, Pustaka Pelajar. 2008.

Bird, G. & Melville, K. *Families and Intimate Relationships.* New York: McGraw-Hill,Inc. 1994

Catherine Collin, Nigel Benson, et all. *The Psychology Book*. New York: DK Publishing. 2012.

Dahnke, Gordon L and Glen W Clatterbuck. *Human Communication: Theory and Research*. California: Wadsworth Publishing Company. 1990.

Danim, Sudarwan. *Motivasi, Ke-Pemimpinan, dan Efektivitas Kelompok*. Jakarta: Rineka Cipta. 2004.

Desmita. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya Offset, 2006.

Djamarah, Syaiful Bahri. *Pola Komunikasi Orang Tua dan Anak Dalam Keluarga.* Jakarta: Rineka Cipta. 2004.

Durkheim, E. *The Elementary Forms of Religious Life.* New York: Free Press, 1965.

Estuti, W. T. *Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Tingkat Kematangan Emosi Anak Kasus Pada 3 Siswa Kelas VIII Smp Negeri 2 Pekuncen Banyumas Tahun Ajaran 2012/2013*. Skripsi. Semarang: Universtas Negeri Semarang. 2013.

Farrington, K. & E Chertok. *Social Conflict Theories of The Family*. New York: Plenum. 1993.

Frank. D. Fincham, Steven. R. H. Beach. *Marriage in the New Millennium: A Decade in Review*. Journal of Marriage and Family. 2010.

Friedman, Howard.S. dan W. Schustack Miriam. *Kepribadian Teori Klasik dan Riset Modern.* Jakarta: Erlangga. 2006.

Greenberg, Jerald dan Robert A. Baron. *Behaviour in Organization*. Pearson Education Inc: New Jersey. 1995.

Gustiah, R. *Hubungan Antara Intimacy Dengan Kepuasan Pernikahan Pada Silver Age*. 2014.

Hamburger. *Technology and Psychological Well-Being*. New York: Cambridge University. 2009.

Hand-out Mata Kuliah Psikologi Kepribadian. *"Pengantar Psikologi Kepribadian Non*

Psikoanalitik." Tidak diterbitkan. Fakultas Psikologi UIN Malang.

Harrington, Rick. & A. Loffredo Donald. *Private Self-Consciousness Factors and Psychological Well-Being.* Journal of Psychiatry: Psychology and Mental Health. 2007.

Hasan, Purwakania B. Aliah. *Psikologi Perkembangan Islami*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Hotifah. Yuliati. 2006.

Hawari, Dadang. *Al Qur'an, Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*. Yogyakarta: Dana Bhakti Prima Yasa. 1997.

http://aliyahnuraini.wordpress.com/2009/04/04/komunikasi-keluarga.

http://pondokhikmat.tripod.com/komunikasikelurga_efektif.htm

https://dosenpsikologi.com/psikologi-keluarga

Hurlock, Elizabeth. B. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga. 1980.

Jalaluddin. *Psikologi Agama*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada. 2005.

Klein, D. M. & James M. White. *Family Theories-an Introduction*. London: Sage Publication International Educational and Professional Publisher. 1996.

Kristi, W. *Has the Future of Marriage Arrived? A Contemporary Examination of Gender, Marriage, and Psychological Well-Being*. 2013.

Kusumastuti, D. *Kepuasan Pernikahan Pada Pria Dan Wanita Yang Menikah Melalui Proses Ta'aruf.* Fakultas Psikologi UI Depok: Skripsi S1 tidak dipublikasikan. 2006

Lestari, S. *Psikologi keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik Dalam Keluarga.* Jakarta: Kencana Prenada Media Group. 2012

Little John, Stephen W. *Theories of Human Communication.* California: Woodsworth Publishing Company. 1999.

Liwidjaja, Kathleen, dan Kathleen Kuntaraf. *Komunikasi Keluarga*. Bandung: Indonesia Publishing House. 1999.

M. Yusuf, Pawit. *Ilmu Informasi Komunikasi dan Kepustakaan*. Jakarta : bumi Aksara. 2009.

Mar'at, Samsunuwiyati. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remadja Rosdakarya. 2005.

Marasabessy, R. *Perbedaan Cinta Berdasarkan Teori Segitiga Cinta Sternberg Antara Wanita Dengan Pria Masa Dewasa Awal*. 2012.

Melinda, R. *Perbedaan Kesejahteraan Subjektif Dari Kebersamaan Pasangan Suami Istri Dalam Pernikahan.* 2013

Miller, Perlman, Brehm. *Intimate Relationship Fourth Edition*. New York: The McGraw-Hill Companies,Inc. 2008

Monte, C.F. & R.N. Sollod. *Beneath The Mask: An Introduction to Theories of Personalities* (7th Ed.). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc. 2003.

Morissan. *Psikologi Komunikasi*. Bogor: Ghalia Indonesia. 2002.

Mujib, Abdul. *Kepribadian dalam Psikologi Islam*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada. 2007.

Mulyona, Deddy. *Nuansa-Nuansa Komunikasi.* Bandung: Remaja Rosdakarya. 2005.

Najati, U. *Al'Quran dan Ilmu Jiwa.* Jakarta: Aras Pustaka. 2005.

Ningsih, D. A. *Subjective Well Being Ditinjau Dari Faktor Demografi (Status Pernikahan, Jenis Kelamin, Pendapatan).* 2013.

Olson, D.H. DeFrain J. *Marriages & Families*. Boston: McGrawHill. 2006.

Pistole, M. C. *Long-Distance Romantic Couple: An Attachment Theoritical Perspective.* 2015.

Poloutzian, F.R. *Psychology of Religion*. Needham Heights, Massachusetts: A Simon & Schuster Comp. 1996.

Puspitawati, H. *Konsep dan Teori Keluarga*. Bogor: Departemen Ilmu Keluarga dan Konsumen Fakultas Ekologi Manusia-Institut Pertaniann Bogor. 2013.

Rahmat, Jalaluddin. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remadja Rosdakarya. 1999.

Repstad & I Furseth. *Anintroduction to the sociology of religion classical and contemporary perspectives*. Burlington: Ashgate Publishing Company. 2006.

Risnawita, S, & M.N Ghufron. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Arruzz media. 2011.

Ritzer, G., & D Goodman. *Teori sosiologi modern*. Jakarta: Kencana. 2003.

Ryff, D. Carol. *"Happiness is Everything, or is it? Exploration on the Meaning of Psychological Well-Being"*. Journal of Pesonality Social Psychology. 1989.

Sanderson, S. *Makro sosiologi: Sebuah Pendekatan Terhadap Realitas Sosial* (edisi kedua). Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. 2003.

Santosa, Slamet. *Dinamika Kelompok.* Jakarta: Bumi Aksara. 1992.

Santrock, J. W. *Life Span Development*. New York: The McGraw-Hills Companies,Inc. 2012

Santrock, W. John. *"Life Span Development; Perkembangan Masa Hidup"*. Jilid II. terj. Achmad Chusairi dan Juda Damanik. Jakarta: Penerbit Erlangga. 1995.

Secombe, K. Warner R.L. *Marriages and Families.* Canada: Wadsworth. 2004.

Sedarmayanti. *Manajemen Sumber Daya Manusia Reformasi Birokrasi dan Manajemen Pegawai*

Negeri Sipil. Bandung: PT. Refika Aditama. 2014.

Sharon Manne, Hoda Badr. *Intimacy and Reliationship Procesess in Couples Psychosocial Adaption to Cancer.* American Cancer Society. 2008.

Simmel, G. *The Sociology of Conflict.* I. American journal of sociology. 9(4):490-525. 1904.

Spinks, G. S. *Psychology and Religion*. London: Methuen and Company Ltd. 1963.

Supratiknya. *Tinjauan Psikologis Komunikasi Antar Pribadi*. Yogyakarta, Kanisius. 1995.

Thouless, R.H. *Pengantar psikologi agama*. Jakarta: Rajawali. 1992.

Trankle. *2009 Adolsance Religiosity and Psychological Wellbeing*. http://www.charis.wk.edu/publications/charis53/Trankle.pdf. Diakses pada tanggal 1 Juni. 2011

Tubss L. Stewart dan Sylvia Moss. *Human Communication*. Bandung: Remaja rosda Karya

Tumengkol, S.M. (2012). *Teori Sosiologi Suatu Perspektif Tentang Teori Konflik Dalam Masyarakat Industri*. Karya ilmiah. Diakses dari

https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwijgqG9wqPLAhXRcY4KHTTjAA0QFggcMAA&url=http%3A%2F%2Frepo.unsrat.ac.id%2F627%2F1%2FKARYA_ILMIAH_TUMENGKOL6.pdf&usg=AFQjCNErd3mo_QlSXOMkk_dzC5_mkZkurw&sig2=RmnQoc-77oeoX4myV7C5lg.

Turner, J. *The Structure of Sociological Theory* (sixth edition). Belmont, CA: Wadsworth Publishing Company. 1998.

Vagelisti, A. L. *Handbook of Family Communication*. London: Lawrence Erlbaum Associates. 2004.

Vanden Bos, Gary R. *Dictionary of Psychology*. Washington DC: American Psicology Association.

Waluya, B. *Sosiologi: Menyelami Fenomena Sosial Di Masyarakat*. Bandung: PT Setia Purna Inves. 2007

Wardana, A. (2014). *Teori konflik 2: non marxis. Handout kuliah*. Diakses dari https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&es

rc=s&source=web&cd=3&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwje8rf7wqPLAhUXc44KHZtNDbMQFggkMAI&url=http%3A%2F%2Fstaff.uny.ac.id%2Fsites%2Fdefault%2Ffiles%2Fpendidikan%2FAmika%2520Wardana%2C%2520Ph.D.%2FHandout%2520Kuliah%252006%2520Teori%2520konflik%25202%2520Non%2520Marxist%2520(TSK)%2520(Wardana).pdf&usg=AFQjCNFJGE8oDnAixsr2JSU1MHPjFtRKKg&sig2=VSF9WPBvvpH-YLt0qPjGvw.

West, Richard dan Turner, Lynn. *Pengantar Teori Komunikasi: Analisis dan Aplikasi.* Jakarta: Salemba. Humanika. 2006.

Williams, B.K., Sawyer, S.C., Wahlstrom, C.M. *Marriages, Families, and Intimate Relationships. A Practical Introduction.* Boston : Pearson Education,Inc. 2006

Wirawan, Sarlito. *Psikologi Sosial*. Jakarta, Salemba Humanik. 2009.